Table of Contents

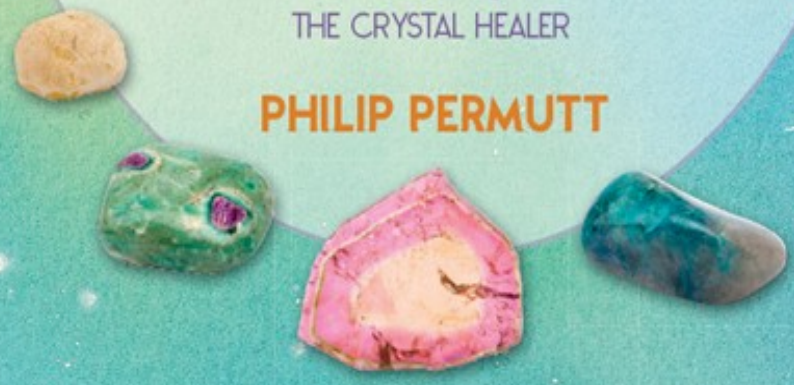
[□□□ □□□□□□ □□□□□](#)
[□□□□□□ □□□](#)
[□□□□□□□□](#)
[□□□□□□□□□□](#)
[□□□□□](#)
[□□□□□□ 1: □□□□□□□□ □□ □□□□ □□ □□□□□□](#)
[□□□□□□ 2: □□□□□□□□ □□□□ □□□□□ □□ □□□□□□](#)
[□□□□□□ 3: □□□□□□□□ □□□□ □□□□□](#)
[□□□□□□ 4: □□□□□□□□ □□□□ □□ □□□□ □□□□ □□ □□□□□□ □□□□□](#)
[□□□□□□ 5: □□□□□□□□ □□□□□□□□](#)
[□□□□□](#)
[□□□□□□□](#)
[□□□□□□□□□□](#)
[□□□□□□□□□□](#)

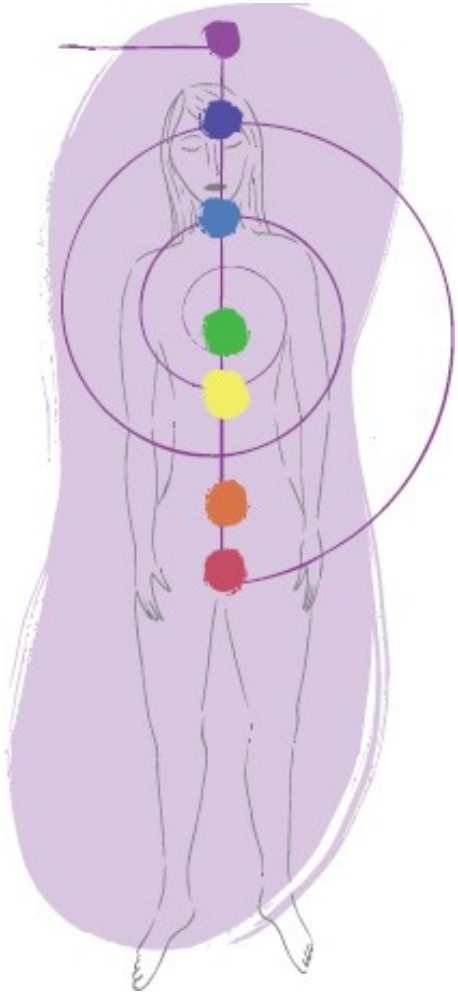
Crystal Reiki Healing

THE POWERHOUSE THERAPY FOR MIND, BODY, AND SPIRIT

From the best-selling author of THE CRYSTAL HEALER

PHILIP PERMUTT





क्रिस्टल रेकी हीलिंग

[redacted]

[redacted]

[redacted]

[redacted]

CICO BOOKS
LONDON NEW YORK

[illegible] [illegible] [illegible] 2020 [illegible] [illegible]
[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]
20–21 [illegible] [illegible]
341 – 116 [illegible] [illegible]
[illegible] WC1R 4BW
[illegible], [illegible] 10029

www.rylandpeters.com

10 9 8 7 6 5 4 3 2 1

© [illegible] [illegible] 2020
[illegible], [illegible] [illegible] © CICO Books 2020

[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [

कृपया ध्यान दें कि कुछ क्रिस्टलों के गुणों के विवरण में उनके उपचार संबंधी लाभों का उल्लेख किया गया है, लेकिन इनका उद्देश्य किसी बीमारी या रोग के निदान, उपचार या दवा का विकल्प बनना नहीं है।
बीमारी की स्थिति में हमेशा अपने डॉक्टर या अन्य स्वास्थ्य पेशेवरों से परामर्श लें।

□□□□□□□□□□

□□□□□□

□□□□□□□ 1

□□□□□□□□□ □□ □□□□□ □□ □□□□□□□

□□□□□□□ □□

□□□□□□□□□ □□□□□ □□□□□□ □□ □□□□□□□

□□□□□□□ 3

□□□□□□□□□ □□□□□ □□□□□□

□□□□□□□ 4

□□□□□□□□□ □□□□□ □□ □□□□□ □□□□□ □□ □□□□□□□ □□□□□□

□□□□□□□ 5

□□□□□□□□□ □□□□□

□□□□□□
□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□

परिचय

बहुत समय पहले, चमकीले क्रिस्टलों से भरे एक नीले अंतरिक्ष में, बैंगनी रंग का
रेकी की ऊर्जा किरण को अपना घर मिल गया… मेरी पहली क्रिस्टल की दुकान को रंग दिया गया था
सियान का मध्यम-हल्का शेड—पैंटोन 305। यह उस नीले स्थान में भरा हुआ था।
चमकीले क्रिस्टलों के साथ, क्रिस्टल और रेकी मेरे लिए एक साथ आए। मैं थी
मैं 1990 के दशक की शुरुआत में ही क्रिस्टल हीलिंग सिखा रही थी, तभी मेरी मुलाकात एक ऐसे व्यक्ति से हुई जिसने मुझे क्रिस्टल हीलिंग के बारे में बताया।
रेकी नामक एक "नई" उपचार पद्धति।

रेकी एक प्राकृतिक उपचार ऊर्जा है जो हर किसी के भीतर प्रवाहित होती है, हालांकि इसकी
रेकी के साथ सामंजस्य स्थापित करके शक्ति को बढ़ाया जा सकता है (पृष्ठ 14 देखें) और
इस पुस्तक में दी गई तकनीकों को सीखना। क्रिस्टल हीलिंग
अद्भुत, सनसनीखेज, और लगभग हर स्थिति में मदद कर सकते हैं। क्रिस्टल में
उनमें एक सहज ऊर्जा होती है। वे हर चीज में संतुलन और गति लाते हैं।
शरीर की प्राकृतिक उपचार क्षमता। आपको ठीक होने के लिए कुछ भी करने की आवश्यकता नहीं है। क्रिस्टल को अपने आस-पास रखने के अलावा किसी और तरीके से काम करने के लिए। हालाँकि, यदि आप इसे जोड़ते हैं
आपका इरादा, आपके स्वाभाविक उपचार संबंधी विचार और आपकी ऊर्जा, आपके क्रिस्टल
वे बेहतर काम करते हैं क्योंकि वे आपके इरादे को समझ लेते हैं और उसे कई गुना बढ़ा देते हैं।
और अगर आपके अंदर रेकी की ऊर्जा प्रवाहित हो रही है, तो आपके क्रिस्टल भी उसी तरह काम करेंगे। रेकी ऊर्जा को एकत्रित करें, इसके प्रभाव को कई गुना बढ़ाएं और इसके लक्ष्य पर ध्यान केंद्रित करें।

एक वैज्ञानिक के रूप में मेरी पृष्ठभूमि को देखते हुए, मेरी नोट्स बनाने की प्रवृत्ति है और रिकॉर्ड परिणाम, जो मुझे उपचार प्रक्रियाओं को ठीक उसी तरह औपचारिक रूप देने की अनुमति देता है जैसे मैं
मैं कई वर्षों से क्रिस्टल हीलिंग कर रही हूं। क्रिस्टल रेकी का भी इसमें योगदान है।
यह मेरे उत्साह और उपचारात्मक ऊर्जाओं के प्रति प्रेम का परिणाम है, और मैं
मैंने मूल रूप से इस पर अपनी पहली पत्नी के साथ काम किया था, इससे पहले कि हम अलग हो गए। यह है
यह एक स्वाभाविक प्रगति है, जो इन दो उपचार पद्धतियों की प्राचीन तकनीकों को जोड़ती है।
विभिन्न प्रणालियों को एक सुगम उपचार पद्धति में समाहित करना। साक्ष्य हमें यह दर्शाता है।
क्रिस्टल चिकित्सा का इतिहास मानव सभ्यता के आरंभ से ही चला आ रहा है और यद्यपि रेकी
उसुई सेंसेई द्वारा हमें बताई गई (पृष्ठ 16 देखें) एक 20 वीं सदी की तकनीक है, इसकी
ये विधियाँ प्राचीन काल से ही गहराई से जुड़ी हुई हैं।
क्रिस्टल रेकी सार्वभौमिक जीवन शक्ति ऊर्जा का संश्लेषण है, और यही रेकी का सार है।
इसका अर्थ है और यह है, और स्टोन पीपल की उपचार शक्ति (एक और नाम)
क्रिस्टल)। इस उपचार प्रणाली का सबसे सरल स्तर पर अभ्यास करने का अर्थ है क्रिस्टल को पकड़ना।
एक क्रिस्टल लें और उसे रेकी से चार्ज करके दिन भर अपने साथ रखें।
किसी और को मुश्किल समय से निकलने में मदद करने के लिए भी कुछ देना।
इस अभ्यास में जटिल और शक्तिशाली क्रिस्टल रेकी का प्रयोग भी शामिल हो सकता है।

शरीर पर उपचार ग्रिड बनाकर स्वयं और दूसरों का उपचार करना, और यहां तक कि भेजना
दूर रहने वालों को उपचार ऊर्जा प्रदान करना। क्रिस्टल रेकी आत्म-उपचार का मार्ग प्रदान करती है।
विकास भी: जैसे-जैसे आप इसका अभ्यास करते हैं और, यदि आप चाहें, तो इसके माध्यम से प्रगति करते हैं।
रेकी अट्यूनमेंट के विभिन्न स्तरों के साथ, आपको आंतरिक शक्ति और गहन ज्ञान प्राप्त होगा।
आप स्वयं, और भी बहुत कुछ।

आज रेकी की कई किस्में मौजूद हैं। इस पुस्तक में सभी संदर्भों का उल्लेख किया गया है।
ये पारंपरिक उसुई रेकी प्रणाली और तिब्बती उसुई रेकी से संबंधित हैं। इनमें से कोई भी
मेरी व्यक्तिगत कार्यप्रणाली अलग है, मैं इसे स्पष्ट करने का प्रयास करूंगा। हालाँकि, आप इसमें कुछ जोड़ सकते हैं।
आप रेकी की जिस भी प्रणाली का अभ्यास करते हैं, उसमें क्रिस्टल का उपयोग करें, और उनमें यह क्षमता होगी।
उपचार संबंधी प्रभावों को बढ़ाने का समान प्रभाव।

हालांकि क्रिस्टल और रेकी को एक साथ जोड़ने वाला मैं शायद पहला व्यक्ति नहीं था।
साथ में, और मैं आखिरी नहीं होऊंगा, क्रिस्टल रेकी हीलिंग सिस्टम जो मैंने
यहां आपको मानक, सरल तकनीकों का एक सेट दिया गया है जिनका उपयोग आप कर सकते हैं।
इसका अनुसरण और अभ्यास किया जा सकता है।

क्रिस्टलों के उपचार गुण रेकी को बढ़ाते और केंद्रित करते हैं। रेकी ऊर्जा को बढ़ाती है।
उपचार करने वाले क्रिस्टलों का प्रभाव। वे एक सुंदर वृत्त बनाते हैं। क्रिस्टल रेकी का प्रयोग करते समय।
हमारे दैनिक जीवन में, हमारी कल्पना ही हमारी एकमात्र सीमा है।

मुझे उम्मीद है कि स्टोन पीपल आपकी रेकी यात्रा को उसी तरह चमकाएंगे जैसे वे चमकाते हैं।
मेरा।

अध्याय 1

क्रिस्टल और रेकी का संयोजन
क्रिस्टल आत्मा की यात्रा के लिए सीढ़ी के समान हैं।
रेकी बैंगनी ऊर्जा की किरण है जो हमारे भीतर ऊर्जा का संचार करती है।
आत्मा। जब इन्हें मिलाया जाता है, तो क्रिस्टल रेकी बनती है।
जैसे किसी उपचार प्रक्रिया को चरम सीमा तक ले जाना!
इस अध्याय में, पृष्ठभूमि और इसके बारे में अधिक जानें।
क्रिस्टल और रेकी की शक्ति, और कैसे ये दोनों
उपचार प्रणालियों को एक साथ लाया जा सकता है।

क्रिस्टल क्या होते हैं?

क्रिस्टल प्राकृतिक रूप से जीवित और बढ़ते हुए तत्व हैं। वे अवशोषित करके बढ़ते हैं।
अणुओं को उनके अव्यवस्थित वातावरण से अलग करना और इन अणुओं को परत दर परत व्यवस्थित करना।
पूरी तरह से व्यवस्थित नियमित पैटर्न। वे अपने परिवेश को अपने साथ समाहित कर लेते हैं।
संतुलन बनाए रखते हैं, और वे हर परिस्थिति में पूरी ऊर्जा के साथ ऐसा करना जारी रखते हैं।
उन्हें रखा गया है। (जब भी मैं इस पुस्तक में क्रिस्टल शब्द का प्रयोग करता हूँ,
जब तक कि यह किसी विशिष्ट प्रकार के क्रिस्टल जैसे क्वार्ट्ज क्रिस्टल या किसी अन्य क्रिस्टल से संबंधित न हो।
एमेथिस्ट क्रिस्टल से मेरा तात्पर्य संपूर्ण खनिज जगत से है—क्रिस्टल से।
चट्टानें, पत्थर, समुद्र तट पर पड़ा एक छोटा कंकड़...)

हमारे शरीर के चारों ओर मौजूद ऊर्जा क्षेत्र—हमारी आभाएँ—बहुत ही महत्वपूर्ण होती हैं।
संवेदनशील। हम अक्सर उन्हें अनदेखा कर देते हैं क्योंकि हम आमतौर पर ऐसा ही करते आए हैं।
जिस समाज में हम रहते हैं, उसी ने हमें ऐसा करने के लिए प्रशिक्षित किया है। बचपन से ही हमें ऐसा करना सिखाया जाता है।
हमें बताया जाता है कि हम इसे महसूस नहीं कर सकते, उसे देख नहीं सकते या कुछ भी सुन नहीं सकते। लेकिन हम इंद्रियों का अनुभव करते हैं।
ऊर्जा—हम इसे महसूस करते हैं, हम इसे देखते हैं, और अगर हम चाहें तो हमें अपने सवालों के जवाब भी मिलते हैं।
हम अपने हृदय से स्पर्श करते हैं, देखते हैं और सुनते हैं। हम कई चीजों को सूंघते और चखते भी हैं।
स्तर भी। क्या आपने कभी किसी क्रिस्टल को सूंघने या सुनने की कोशिश की है? या
क्या आपने कभी क्वार्ट्ज क्रिस्टल को अपनी जीभ की नोक पर छुआ है? तो निम्नलिखित को आजमाएं।
व्यायाम करें और यह देखकर आश्चर्यचकित हो जाएं कि आपकी इंद्रियां कितना कुछ ग्रहण कर लेती हैं!

क्रिस्टल से जुड़ना

इस अभ्यास के लिए आपको हाथ के आकार का, प्राकृतिक क्वार्ट्ज क्रिस्टल पॉइंट चाहिए होगा।
शुरू करने से पहले इसे साफ कर लें (पृष्ठ 49 देखें)।

1. क्रिस्टल को ध्यान से देखें और कुछ मिनटों तक अपनी आंखों से उसका बारीकी से निरीक्षण करें।
इसके आकार पर ध्यान दें और देखें कि प्रकाश किस प्रकार परावर्तित, अपवर्तित और अन्य चीजों के साथ मिश्रित होता है।
क्रिस्टलीय संरचना। क्रिस्टल के भीतर और उस पर मौजूद रंगों के बारे में जागरूक रहें।
सतह। इसके विवरण को अपने दिमाग में दर्ज कर लें ताकि आप इसे पहचान सकें।
भीड़: हर क्रिस्टल अपने आप में अनोखा है और अलग दिखता है। क्या आप देख सकते हैं?
क्रिस्टल के बाहरी हिस्से के आसपास कुछ है क्या? शायद कोई हल्की धुंध? अगर हो सके तो।
यह क्रिस्टल का ऊर्जा क्षेत्र है; आप चाहें तो इसे क्रिस्टल की आभा कह सकते हैं।

2. अब अपनी आंखें बंद करें और अपनी उंगलियों से भी यही क्रिया करें।
क्रिस्टल। इसे अपनी उंगलियों से देखें। इसके स्पर्श को महसूस करें; इसके चपटे हिस्सों को।
और नुकीले किनारे, खुरदरे क्षेत्र और चिकने हिस्से। इसके नुकीलेपन से सावधान रहें।
क्रिस्टल का समापन। शारीरिक और भावनात्मक रूप से कैसा महसूस होता है?
फिर से, हर क्रिस्टल का अनुभव अलग होता है। कुछ मिनट निकालकर ऐसा करें और खुद को समय दें।
अपने आप को अपने अंदर महसूस होने वाली किसी भी संवेदना या भावना के प्रति जागरूक रखें।
आपका शरीर।

3. अपने क्रिस्टल को मेज पर रखें, अपने हाथों को उससे कुछ इंच (5 सेमी) की दूरी पर रखें।
क्रिस्टल के दोनों ओर देखें और उस ऊर्जा पर ध्यान दें जिसे आप महसूस करते हैं। धैर्य रखें—यह इसमें कुछ मिनट लग सकते हैं।

4. क्रिस्टल को अपने कान से इस तरह लगाएं जैसे आप कोई सीप पकड़े हों। सुनें। क्या?
क्या आपको सुनाई दे रहा है? अधिकांश लोग वैसी ही आवाज़ सुन सकते हैं जैसी आपको सुनाई दे रही है। आप अपने कान पर एक सीप रखते हैं। दरअसल, यह क्रिस्टल की ध्वनि है।
कंपन। यह सीप की आवाज से बिल्कुल अलग है क्योंकि
ध्वनि उत्पन्न करने वाली प्रक्रिया। एक सीप के साथ, हवा अंदर की ओर तेजी से प्रवेश करती है और फिर खोल के अंदर सर्पिल से बाहर। इससे एक अप्रत्यक्ष शोर उत्पन्न होता है जो
ऐसा लगता है जैसे आप समुद्र तट पर हैं। अपने क्रिस्टल क्रिस्टल से आप यह सब सुन रहे हैं।

क्रिस्टल के भीतर से वास्तविक भौतिक कंपन। विभिन्न प्रकार के
क्रिस्टल अलग-अलग गति से कंपन करेगा, जिससे उच्चतर तरंगें उत्पन्न होंगी और भेजी जाएंगी।
आपके कानों को निम्न आवृत्तियाँ सुनाई देती हैं।

5. क्रिस्टल को सूंघें। इसे अपनी नाक के पास रखें और गहरी सांस लें।
इसकी गंध कैसी होती है? यह जानकर आपको आश्चर्य हो सकता है कि विभिन्न प्रकार की गंध कैसी होती है।
इन क्रिस्टलों में सूक्ष्म, विविध सुगंध होती हैं।

6. जब तक सुरक्षित हो, क्रिस्टल को अपनी जीभ के सिरे पर छूकर चखने का प्रयास करें।
आपकी जीभ पर। क्वार्ट्ज़ का स्वाद अक्सर ताज़ी पहाड़ी हवा जैसा या हल्का नींबू जैसा होता है।
अन्य क्रिस्टल अलग-अलग स्वाद उत्पन्न करते हैं—उदाहरण के लिए, एमेथिस्ट का स्वाद अक्सर अलग होता है।
धातु जैसा स्वाद। ये स्वाद काफी सूक्ष्म हैं, लेकिन एक बार जब आप इन्हें महसूस कर लेते हैं, तो ये विभिन्न क्रिस्टलों पर इनका पता लगाना आसान हो जाता है।

क्रिस्टल कैसे काम करते हैं?
अपनी ऊर्जा प्रणाली, अपने आभा मंडल और अपने चक्रों के साथ अंतःक्रिया करके
(शरीर में ऊर्जा के हॉटस्पॉट—पृष्ठ 18 देखें), क्रिस्टल संतुलन लाते हैं।
आपके शरीर की कोशिकाएं, आपकी भावनाएं, आपका मन, आपके विचार और आपकी इंद्रियां।
वे तनाव को कम करने और आपको स्थिरता की स्थिति में वापस लाने में मदद करते हैं।
खुशी। हालाँकि वे तुरंत प्रतिक्रिया करते हैं, और कई लोग इसे महसूस करते हैं, लेकिन यह दीर्घकालिक सूक्ष्म परिवर्तन जो मिलकर जीवन में बदलाव लाने वाली चिकित्सा प्रदान करते हैं।
प्रभाव।

क्रिस्टलों में विद्युत विभव और विद्युत आवेश होते हैं। वे इन्हें संग्रहित और केंद्रित कर सकते हैं।

ऊर्जा को एक प्रकार की ऊर्जा से दूसरे प्रकार की ऊर्जा में परिवर्तित करना, नकारात्मक ऊर्जा को रूपांतरित करना।
ऊर्जा प्रदान करते हैं और सकारात्मक शक्तियों को उत्तेजित करते हैं। क्रिस्टल हर जगह पाए जाते हैं।
प्रौद्योगिकी: ये आपकी 21 वीं सदी की जीवनशैली को शक्ति प्रदान करती हैं। इनके बिना आप
मेरे पास डिशवॉशर, वॉशिंग मशीन, टम्बल ड्रायर, माइक्रोवेव ओवन नहीं है।
प्रोग्रामेबल किचन ओवन, रेफ्रिजरेटर, फ्रीजर, म्यूजिक सिस्टम, डीवीडी प्लेयर,
सेल (मोबाइल) फोन, या कंप्यूटर। दरअसल, जिस लैपटॉप पर मैं यह किताब लिख रहा हूँ।
अगर ऐसा होता तो मैं चर्मपत्र पर स्याही से यह पांडुलिपि लिख रहा होता।
ग्रेफाइट या लैपिस लाजुली जैसे खनिजों से बने, या पत्थर की गोलियाँ—दोनों ही
जिसमें हमारे क्रिस्टल मित्रों की मदद भी शामिल होगी! कभी-कभी लोग
जब मुझे यह प्रश्न मेरे माध्यम से प्राप्त होता है, तो मुझसे पूछें कि क्या मैं क्रिस्टल के काम करने पर विश्वास करती हूँ...
वेबसाइट के माध्यम से, ईमेल द्वारा, या सोशल मीडिया के माध्यम से, मैं हमेशा इस विचार पर मुस्कुराता हूँ कि
हमारे क्रिस्टल सहयोगियों के बिना वे प्रश्न भी नहीं भेज सकते थे!

क्रिस्टल अपने आसपास की दुनिया की ऊर्जाओं को अपने भीतर समाहित करके काम करते हैं।
संतुलन। जब आप उस दुनिया का हिस्सा होते हैं—यानी यदि आप काम कर रहे हैं
क्रिस्टल को पकड़ना, उन्हें पहनना, या बस उन्हें अपने आसपास रखना
घर हो या कार्यस्थल—ये आपकी ऊर्जा को संतुलित करने में मदद करेंगे।
उपचार में सहायक। विभिन्न प्रकार के क्रिस्टल शरीर के विभिन्न भागों को प्रभावित करते हैं।
शारीरिक और आध्यात्मिक शरीर, जिनमें कार्य, विचार और भावनाएँ शामिल हैं या
भावनाएं। क्रिस्टल कई या लगभग सभी परिस्थितियों में उपचार की प्रक्रिया को तेज करने में मदद कर सकते हैं।
उपचार का अर्थ है परिवर्तन; अस्वस्थ अवस्था से स्थिर स्वस्थ अवस्था में परिवर्तन।
यह आपके शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाने के बारे में है।
भावनात्मक कल्याण और आपकी आध्यात्मिक उन्नति। क्रिस्टल ये सब करने में मदद करते हैं।
ये सब और भी बहुत कुछ।

“हम प्रकाश के प्राणी हैं,” “हम प्रकाश से आए हैं,” या “हम जाते हैं” जैसे वाक्यांश "प्रकाश की ओर लौटना" अनेक धर्मों और आध्यात्मिक परंपराओं में आम है।
विश्वभर में, और क्वांटम भौतिकी ने इसे सिद्ध किया है—हम,

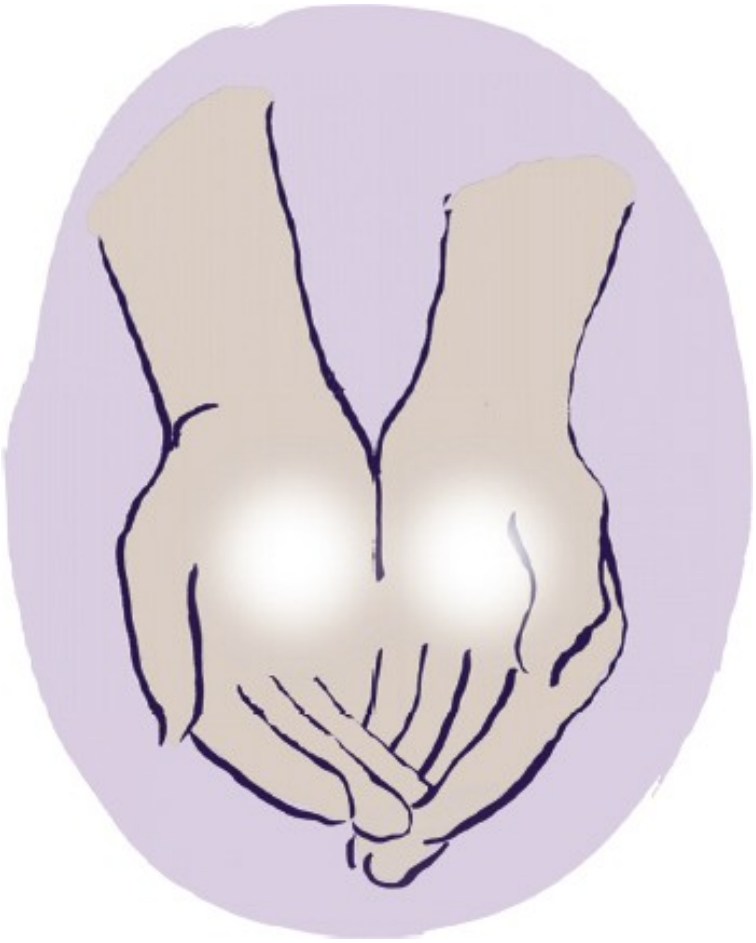
दरअसल, क्वार्ट्ज क्रिस्टल फोटॉन प्रकाश से बना होता है और जब हमारी मृत्यु होती है, तो हम सचमुच प्रकाश में वापस चले जाते हैं। क्वार्ट्ज क्रिस्टल प्रकाश को केंद्रित करता है और हाल के शोध से यह बात सामने आई है।
चूंकि प्रकाश हमारे भावों को प्रभावित करता है, इसलिए यह अनुमान लगाना अनुचित नहीं है कि जैसे-जैसे हम
हम क्वार्ट्ज क्रिस्टल के माध्यम से प्रकाश को उस क्षेत्र पर केंद्रित करते हैं जिसे उपचार की आवश्यकता महसूस होती है।
स्थिति बेहतर होती है और उपचार शुरू हो जाता है।

रेकी क्या है?

रेकी एक बेहद सरल लेकिन शक्तिशाली प्रकार की आध्यात्मिक उपचार पद्धति है।
जिसमें अभ्यासी रेकी (सार्वभौमिक जीवन शक्ति ऊर्जा) का संचार करता है, जो
यह हर जीवित प्राणी के भीतर और आसपास मौजूद है। उपचार और ध्यान का उपयोग करके।
रेकी चिकित्सक इस ऊर्जा को केंद्रित करना सीखते हैं ताकि यह प्रवाहित हो सके। प्राप्तकर्ता में। ऐसा कहा जाता है कि रेकी की अपनी एक बुद्धि होती है और
यह जानता है कि इसकी आवश्यकता कहाँ है और इसी में इसकी शक्ति निहित है।

रेकी सबके लिए है, क्योंकि हर किसी के पास रेकी होती है—यह पूरी तरह से
प्राकृतिक ऊर्जा। ज़रा सोचिए जब कोई बच्चा गिरता है और उसके घुटने छिल जाते हैं: उनकी अभिभावक कुछ सेकंड के लिए घुटने पर हाथ रखते हैं, और दर्द
गायब हो जाता है—यह प्राकृतिक रेकी उपचार ऊर्जा है।

रेकी अट्यूनमेंट के तीन स्तर
क्योंकि रेकी हर किसी के भीतर मौजूद है, इसलिए हर कोई इसका उपयोग करना सीख सकता है।
उपचार की शक्ति। हालाँकि, एक सरल, लेकिन गहन, अनुभवात्मक प्रक्रिया भी है।
इसे रेकी अट्यूनमेंट कहा जाता है, जो एक रेकी मास्टर द्वारा किया जाता है (नीचे देखें)।
और यह विद्यार्थी को रेकी से जोड़ता है। हालाँकि, रेकी की कई शैलियाँ हैं।
पश्चिम में सामंजस्य स्थापित करने के दौरान, विद्यार्थी का बैठना प्रथागत है, शायद
इनके नीचे ऐसे प्रतीक बने होते हैं जिन्हें क्रिस्टल से बनाया या चित्रित किया जा सकता है।
रेकी मास्टर रेकी और प्रतीकों (पृष्ठ 22 देखें) को सटीक तरीके से प्रसारित करते हैं।
छात्र के माध्यम से रेकी के प्रवाह को सक्रिय या बढ़ाना, स्थिति के आधार पर
जिस स्तर पर विद्यार्थी को अभ्यस्त किया जा रहा है (दाईं ओर देखें)। रेकी मास्टर भी
छात्र को ऊर्जा को सही दिशा में निर्देशित करना सिखाएं।



तीन स्तर

रेकी को आमतौर पर तीन स्तरों में सिखाया जाता है।

• स्तर 1 को शोडेन कहा जाता है, जिसका अर्थ है शुरुआती शिक्षा: इसमें चार चरण शामिल हैं।
दो दिवसीय कार्यशाला में आत्म-सामंजस्य के मूल सिद्धांतों के बारे में बताया जाएगा।
दूसरों का इलाज करना और रेकी को रोजमर्रा की जिंदगी में शामिल करना।

• स्तर 2 को ओकुडेन कहा जाता है, जिसका अर्थ है गुप्त या आंतरिक शिक्षाएँ: यह
इसमें दो दिवसीय कार्यशाला के दौरान दो समायोजन शामिल हैं, और आप सीखते हैं
अधिक जटिल उपचारों के बारे में, साथ ही रेकी का उपयोग कैसे करें, इसके बारे में भी जानकारी दी गई है।
प्रतीक (पृष्ठ 22 देखें)।

• लेवल 3 को शिनिप्डेन कहा जाता है, जो रेकी मास्टर टीचर का स्तर है, जिसका अर्थ है
रहस्यमय शिक्षाएँ: इसमें एक सामंजस्य शामिल है, और साथ ही साथ
पिछले स्तरों के आधार पर, यह दिखाता है कि दूसरों को रेकी कैसे सिखाई जाए।
और यह रेकी द्वारा प्रदान किए जाने वाले आत्म-विकास के पहलुओं का पता लगाता है।

सामंजस्य स्थापित करने का लाभ यह है कि इससे ऊर्जा प्रवाह में सुधार होता है। मैं अपने दोस्तों से कहता हूँ।
छात्रों को यह कल्पना करने के लिए कहें कि वे बांस की एक नली हैं। स्तर 1 सामंजस्य
यह नली के बीच के हिस्सों को हटा देता है, जिससे ऊर्जा का प्रवाह संभव हो पाता है।
लेवल 2 अट्यूनमेंट सैंडपेपर की तरह काम करता है, जो अंदरूनी सतह को चिकना करता है।
बेहतर प्रवाह के लिए जुड़े रहें। लेवल 3 अट्यूनमेंट आंतरिक चैनल को सुगम बनाता है।
बांस को दर्पण जैसी चमकदार सतह दी गई है—अब ऊर्जा आपके शरीर में तेजी से प्रवाहित हो सकती है।

एक बार जब आप रेकी से जुड़ जाते हैं, तो यह हमेशा आपके हाथों की हथेलियों में ही रहती है।
हाथों में। आप इसे घिस नहीं सकते और न ही खो सकते हैं, चाहे आप इसे कितना भी कम इस्तेमाल करें।
आप इसका उपयोग कर सकते हैं या फिर आप जो कुछ सीखा है उसे भूल भी सकते हैं। सामंजस्य स्थापित होने के बाद,
आपके भीतर सार्वभौमिक उपचार ऊर्जा हमेशा प्रवाहित होती रहती है। यदि आप किसी को स्पर्श करते हैं, तो
उपचार करने के इरादे से, या अपनी उपचार करने वाली रेकी ऊर्जा को निर्देशित करने के लिए, या यहाँ तक कि केवल सोचने के लिए भी।
सकारात्मक विचारों से प्रेरित होकर, आप परिवर्तन लाने की क्षमता रखते हैं।

हालांकि क्रिस्टल रेकी हीलिंग की प्रणाली का पालन कोई भी कर सकता है और आप भी कर सकते हैं
इस पुस्तक में दी गई तकनीकों का उपयोग बिना अट्यूनमेंट के, या किसी रेकी मास्टर के पास जाए बिना किया जा सकता है।
किसी भी स्तर पर रेकी से जुड़ जाने से आपको इसकी पूर्ण क्षमता का पता चलेगा।

क्रिस्टल रेकी हीलिंग प्रणाली के लाभ। आपको काम नहीं करना चाहिए
बिना किसी योग्यता को पूरा किए, पेशेवर रूप से क्रिस्टल रेकी से दूसरों का इलाज करना। लेवल 1 या क्रिस्टल रेकी कोर्स।

रेकी का इतिहास और उत्पत्ति

रेकी की उत्पत्ति कई स्रोतों से मानी जा सकती है, जिनमें शामिल हैं:
बौद्ध धर्म, ताओवाद, चीनी और जापानी शमनवाद, और कई समान
जापानी परंपराएं, जैसे कि शिंटो और जोहरेई (हालांकि बाद वाली शायद
(रेकी से उत्पन्न हुए हैं)। हालाँकि, रेकी का अभ्यास जैसा कि हम जानते हैं
इसकी स्थापना जापान में मिकाओ उसुई (1865-1926) ने की थी, जो स्वयं भी एक
डॉक्टर उसुई या उसुई सेंसेई के नाम से जाने जाते हैं (सेंसेई एक मानद उपाधि है जो इसी प्रकार की है) (मास्टर बनने के लिए)। उन्होंने मार्च 1922 में एक रहस्यमय अनुभव के दौरान रेकी की खोज की। कुरामा पर्वत पर आध्यात्मिक साधना के दौरान अनुभव।
रेकी शब्द जापानी शब्द 'रेई' (जिसका अर्थ है "सार्वभौमिक") और 'की' (जिसका अर्थ है "की") से मिलकर बना है।
जिसका अर्थ है "जीवन शक्ति ऊर्जा।"

अपने जीवनकाल में, उसुई सेंसेई ने लगभग 2,000 रेकी छात्रों को शिक्षा दी।
जापान में उपचार के तरीकों में लगभग 16 रेकी मास्टर्स शामिल हैं जिन्होंने इसे जारी रखा।
1926 में उनकी मृत्यु के बाद उनकी विरासत। रेकी मास्टर हवायो हिरोमी
हवाई में रहने वाले ताकाता ने पश्चिमी देशों में रेकी का परिचय कराने में मदद की।
1930 के दशक में, संयुक्त राज्य अमेरिका में जापान विरोधी भावना के कारण
समय के साथ, उसुई सेंसेई की कहानी का अधिकांश भाग अमेरिकीकरण हो गया, जिससे एक मार्ग प्रशस्त हुआ।
कई लोगों के लिए भ्रम की स्थिति थी। हालाँकि, अब हम जानते हैं कि वह एक वास्तविक व्यक्ति थे।
जिन्होंने अद्भुत उपचार कार्य किए और जिन्हें आधिकारिक तौर पर सम्मानित किया गया।
उनकी सेवाओं के लिए जापानी सरकार ने उन्हें सम्मानित किया।

रेकी आदर्श

खुशी को आमंत्रित करने की गुप्त कला, सभी समस्याओं का चमत्कारी समाधान
आज के लिए, क्रोधित मत हो, चिंता मत करो और खुश रहो।

[redacted]

क्रिस्टल और रेकी का संयोजन

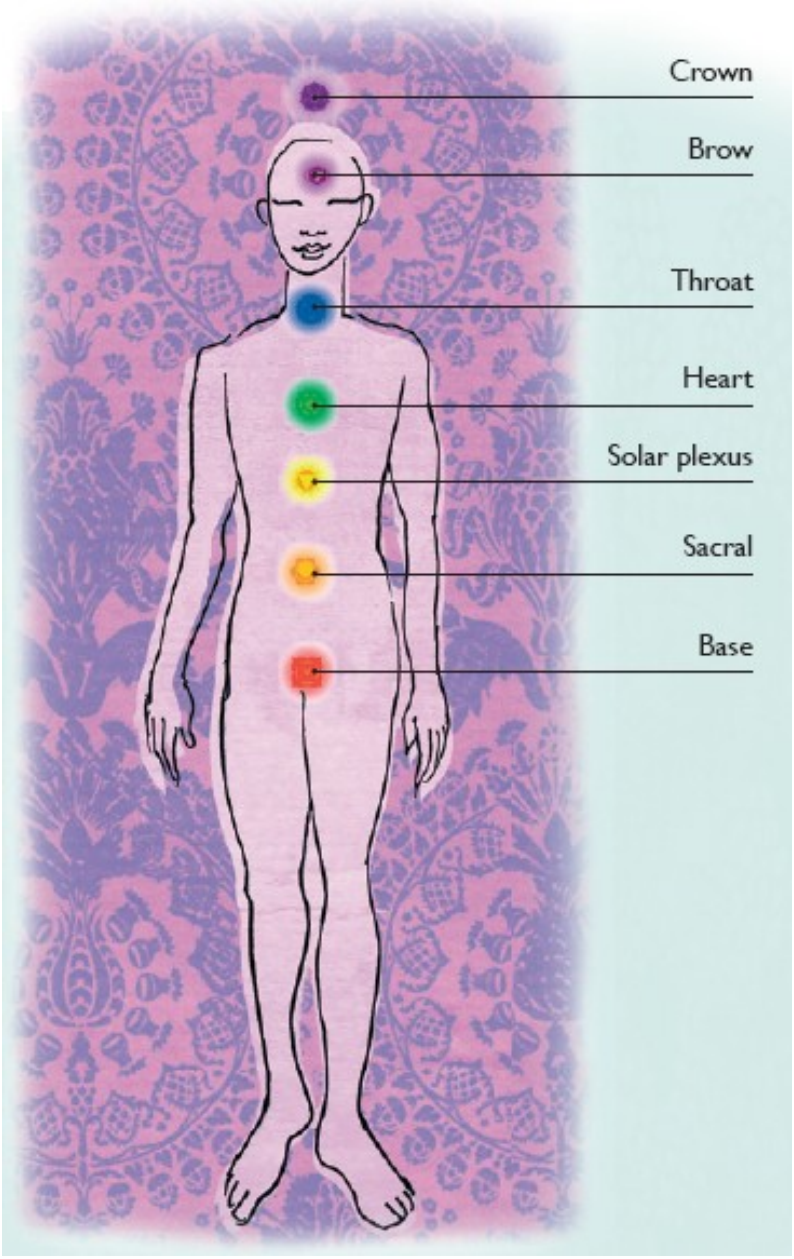
चक्रों के माध्यम से

क्रिस्टल अत्यंत परिवर्तनकारी होते हैं और विशेष रूप से रेकी के प्रति ग्रहणशील होते हैं। उन्हें यह बहुत पसंद है। क्रिस्टल रेकी ऊर्जा को धारण करते हैं और उसे बढ़ाते हैं, जिससे इसके प्रभाव कई गुना बढ़ जाते हैं।
उदारतापूर्वक उन्हें आगे बढ़ाना। आप कह सकते हैं कि क्रिस्टल/रेकी की साझेदारी एक
स्वर्ग में बनी जोड़ी—सचमुच धन्य हैं। क्रिस्टल ध्यान केंद्रित कर सकते हैं, ऊर्जा संग्रहित कर सकते हैं, संचारित कर सकते हैं।
और लाभकारी उपचार और ऊर्जावान परिणामों के लिए रेकी को रूपांतरित करना, और, एक
सामान्यतः, क्रिस्टल ऊर्जा और रेकी दोनों ही केंद्रित होने पर सबसे अच्छा काम करती हैं।
चक्रों के माध्यम से।

मानव ऊर्जा प्रणाली ऊर्जा की उन रेखाओं से बनी होती है जो शरीर के भीतर से होकर गुजरती हैं।
शरीर में पाई जाने वाली नाड़ियाँ या मेरिडियन कहलाती हैं। ये की (जिसे ची भी कहा जाता है) ऊर्जा का संचार करती हैं।
प्राण) मानव (और पशु) रूप के माध्यम से प्रवाहित होता है और ऊर्जा के हॉटस्पॉट बनाता है।
शरीर को चक्र कहते हैं। "चक्र" संस्कृत शब्द है जिसका अर्थ है "पहिया"।
लोगों का मानना है कि इसका कारण चक्रों को आमतौर पर वृत्ताकार रूप में दर्शाया जाना है।
शरीर पर नहीं, लेकिन यह पहियों की गति से अधिक संबंधित होने की संभावना है।
यह ऊर्जा को एक जलचक्र की तरह ले जाता है जो चलते-चलते अपनी शक्ति को बढ़ाता जाता है। जल
इसका प्रयोग अक्सर ऊर्जा को प्रतीकात्मक रूप से दर्शाने के लिए किया जाता है। योग की कई प्रणालियाँ हैं।
जो चक्रों को तीन से इक्कीस तक किसी भी संख्या में दर्शाते हैं, लेकिन
पश्चिम में प्रचलित सबसे आम प्रणाली में सात प्रमुख चक्र होते हैं (देखें
विपरीत) और कई छोटे चक्र, जिनमें हथेलियों में स्थित चक्र भी शामिल हैं।
पांवों का तला।

क्योंकि इन क्षेत्रों में अन्य भागों की तुलना में अधिक ऊर्जा होती है, इसलिए चक्रों को
आपके शरीर के लिए बाहरी दुनिया से ऊर्जा का आदान-प्रदान करने का सबसे आसान स्थान और यह
यहीं पर हमारी आभा के साथ ऊर्जा का मुख्य आदान-प्रदान होता है, ऊर्जा
हमारे चारों ओर ऊर्जा का क्षेत्र होता है। बाहरी दुनिया से ऊर्जा हमारे आभा मंडल में प्रवाहित होती है।
और हम लगातार अपने आसपास की ऊर्जाओं को महसूस करते रहते हैं। यह ऊर्जा हमारे चक्रों से होकर हमारे शरीर में प्रवाहित होती है, जहाँ ऊर्जावान जानकारी एकत्रित होती है।
इस प्रक्रिया के दौरान हमारे भीतर भावनाएं और भावनात्मक प्रतिक्रियाएं उत्पन्न होती हैं।

अधिकांश ऊर्जा-उपचार पद्धतियाँ चक्रों और क्रिस्टल के माध्यम से ऊर्जा केंद्रित करती हैं।
इस मामले में रेकी हीलिंग भी अलग नहीं है। बड़ा अंतर यह है कि यह ऊर्जा को बढ़ावा देती है।
क्रिस्टल और रेकी एक दूसरे को जो उपचार प्रदान करते हैं।


Crown
Brow
Throat
Heart
Solar plexus
Sacral
Base

□□□□□□□ □□ □□□□ □□□□□□

□□□□□□□ □□□□□—□□□□ □□ □□□□□ □□□□ □□ □□□□□□ □□□□□ □□□□

□□□□ □□□□□ (□□□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□ □□ □□□□ □□□□□ □□) - □□□□□□□□□□ □□ □□□□□□□ □□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□□ □□, □□□□□□ □□ □□□□

□□□□ □□□□□—□□□□ □□ □□□□□□□ □□□□ □□□□□□

□□□□□ □□□□□—□□□□□ □□ □□□□□ □□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□

सोलर प्लेक्सस चक्र—कमर के निचले हिस्से में नरम उपास्थि के पीछे स्थित होता है।
छाती के बीच वाली हड्डी

त्रिकास्थि चक्र—नाभि के ठीक नीचे। अपने अंगूठे को वहाँ रखकर देखें।
अपनी हथेली को अपने पेट पर रखकर अपनी नाभि पर स्पर्श करें—यह आपका त्रिकास्थि चक्र है।
यह आपके हाथ की हथेली के नीचे होगा

बेस चक्र—रीढ़ की हड्डी के निचले हिस्से में, टेलबोन पर स्थित होता है।

पारंपरिक चक्र क्रिस्टल
हालांकि आवश्यकतानुसार किसी भी चक्र बिंदु पर किसी भी क्रिस्टल के साथ काम किया जा सकता है, लेकिन रंगों के आधार पर क्रिस्टल को चक्रों से जोड़ना पारंपरिक है। जैसा कि चित्र में दर्शाया गया है। चित्र (पृष्ठ 19 देखें) में, आप चक्रों के रंगों को देख सकते हैं जो निम्नलिखित क्रम का अनुसरण करते हैं।
इंद्रधनुष के रंग, आधार से लेकर मुकुट तक: लाल, नारंगी, पीला,
हरा, नीला, इंडिगो और बैंगनी। शुरुआत करने का एक आसान तरीका लाल रंग से शुरू करना है।
जैस्पर या गार्नेट, कार्नेलियन या नारंगी कैल्साइट, सिट्रीन या पीला जैस्पर, मैलाकाइट
या एवेंट्यूरिन, ब्लू लेस एगेट या ब्लू चैल्सेडोनी, लैपिस लाजुली या सोडालाइट, और
एमेथिस्ट या लेपिडोलाइट।

क्रिस्टल चक्र सेट

CHAKRA	ASSOCIATED CRYSTALS			
Crown	Amethyst		Lepidolite	
Brow	Lapis lazuli		Soladite	
Throat	Blue lace agate		Blue chalcedony	
Heart	Malachite		Aventurine	
Solar plexus	Citrine		Yellow jasper	
Sacral	Carnelian		Orange calcite	
Base	Red jasper		Garnet	

क्वार्ट्ज मास्टर क्रिस्टल

आपको क्वार्ट्ज़ मास्टर क्रिस्टल की भी आवश्यकता होगी, जो एक बड़ा प्राकृतिक क्रिस्टल होता है। एक समापन बिंदु। यह इतना बड़ा होना चाहिए कि आप इसे अपने हाथ में पकड़ सकें, साथ ही
हथेली में लघु चक्र को स्पर्श करते हुए निचला भाग और समापन
आपके हाथ से बाहर निकला हुआ। अधिकांश लोगों के लिए आरामदायक आकार 3-6 होता है।
इंच (7–15 सेमी)। बहुत छोटा होने पर यह बहुत पेचीदा होता है; बहुत बड़ा होने पर यह बहुत भारी होता है।
इसके साथ कार्य करने के लिए।

क्रिस्टल रेकी गाइड

आम तौर पर, आध्यात्मिक मार्गदर्शक कई रूपों में प्रकट हो सकते हैं। वे रिश्तेदार भी हो सकते हैं।
या फिर वे करीबी दोस्त जो गुजर चुके हों, बीते युग के बुद्धिमान विशेषज्ञ,
आध्यात्मिक नेता, या फिर किसी दूसरे युग की आत्माएं। कुछ लोग भी।
यह सुझाव दिया जाता है कि वे अन्य ग्रहों या आयामों से आए होंगे।
वे जहां से आते हैं, वे आपके जीवन में मदद करने के लिए ज्ञान और मार्गदर्शन लेकर आते हैं।
रास्ता। सबके आसपास मार्गदर्शक होते हैं।

क्रिस्टल गाइड क्रिस्टल हीलिंग और खनिज में विशेष रुचि रखते हैं।
रेकी हीलिंग में रेकी मार्गदर्शक। जब आप इनके साथ काम करना शुरू करते हैं
क्रिस्टल या रेकी के माध्यम से, आप इन मार्गदर्शकों के साथ अपने संबंध को मजबूत करते हैं।
क्रिस्टल रेकी गाइड इन दोनों को संयोजित करने में आपकी मदद करने में रुचि रखेगा।
उपचार और आध्यात्मिक जागरूकता बढ़ाने के तरीके। जब आप
सबसे पहले एक नए गाइड की खोज करें, वे अक्सर एक नीली रोशनी के रूप में मंडराते हुए दिखाई देते हैं। जब तक आप उन्हें स्वीकार नहीं करते, वे आपके आस-पास ही रहेंगे।
रेकी प्रतीक

“प्रतीक” की परिभाषा 1:

1. किसी वस्तु के पारंपरिक प्रतिनिधित्व के रूप में प्रयुक्त चिह्न या अक्षर,
कार्य या प्रक्रिया, उदाहरण के लिए, किसी रसायन का प्रतिनिधित्व करने वाला अक्षर या अक्षर समूह।
संगीत संकेतन में एक तत्व या अक्षर।

2. कोई ऐसी वस्तु जो किसी दूसरी वस्तु का प्रतिनिधित्व करती हो या उसके स्थान पर खड़ी हो, विशेषकर कोई पदार्थ।
किसी अमूर्त चीज का प्रतिनिधित्व करने वाली वस्तु।

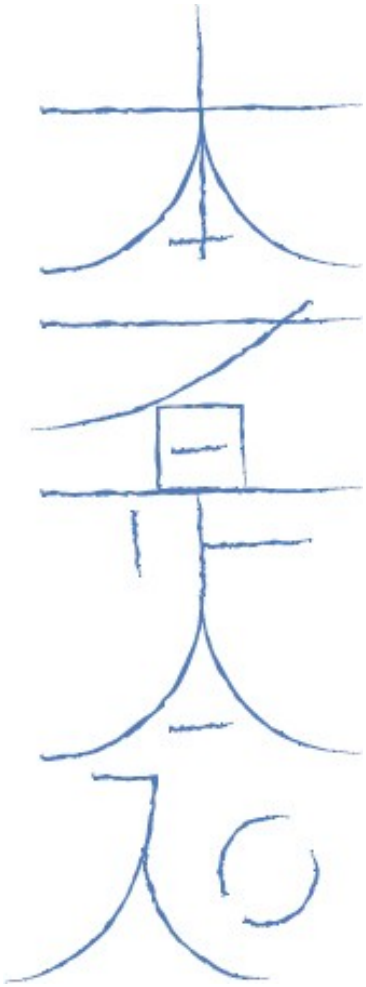
□□ □□ □□

Sei He Ki

हम अपने दैनिक जीवन में प्रतीकों का उपयोग करते हैं—उदाहरण के लिए, +, ×, और %। इनमें से प्रत्येक को तुरंत समझा जा सकता है।
पहचाने और समझे गए। हालाँकि, वे सभी प्रतिनिधित्व हैं।
जटिल गणितीय प्रक्रियाएं। हमें इन्हें समझाने या यहां तक कि
उत्तर खोजने के लिए गणना को समझें—हम बस प्रक्रिया का पालन करते हैं।
हमें स्कूल में इन प्रतीकों से परिचित कराया जाता है। बुनियादी ज्ञान के बिना...
गणित में, ये प्रतीक कागज या स्क्रीन पर निरर्थक टेढ़ी-मेढ़ी रेखाएं हैं।

इसी प्रकार, रेकी के पवित्र प्रतीक हैं: चो कु रेई, सेई हे की, होन
शा ज़े शो नेन, दाई को मायो, और राकू। चो कू री, सेई हे की, होन शा ज़ी
शो नेन और दाई को म्यो का मुख्य संस्करण, ये सभी उसुई रेकी से उत्पन्न हुए हैं। राकु
और दाई को म्यो का दूसरा संस्करण "तिब्बती" प्रतीक हैं। मैंने इन्हें डाल दिया है।
तिब्बती शब्द उद्धरण चिह्नों में इसलिए रखा गया है क्योंकि यह लगभग निश्चित है कि ये शब्द तिब्बती भाषा का पालन नहीं करते हैं।
वे संभवतः तिब्बत से ही उत्पन्न हुए हैं, लेकिन उनका संबंध तिब्बत से रहा है;
इनकी उत्पत्ति चीनी शमनवाद से हुई है।

सभी प्रतीक कार्य और प्रक्रिया को व्यक्त करते हैं, लेकिन साथ ही कुछ अमूर्तता भी दर्शाते हैं। इन्हें परिभाषित करना कठिन है, और समझाना लगभग असंभव है। ये सार का प्रतिनिधित्व करते हैं।
की, सार्वभौमिक जीवन शक्ति ऊर्जा। जब भी किसी प्रतीक का उपयोग और पुन: उपयोग किया जाता है,
बार-बार खींचे जाने से इसमें शक्ति संचित होती है। एक बार जब आप रेकी में अभ्यस्त हो जाते हैं लेवल 2 और उससे ऊपर, हर बार जब आप कोई प्रतीक बनाते हैं तो वह न केवल आपका
ऊर्जा तो रहती है, लेकिन हर बार जब भी इसे किसी ने खींचा है, तब से बल का थोड़ा सा हिस्सा ही बचा रहता है।
दुनिया भर में रेकी का अभ्यास करने वाला व्यक्ति। चो कु रेई और तिब्बती प्रतीक।
आपके पास एक प्राकृतिक शक्ति है जिसे आप तब भी प्राप्त कर सकते हैं जब आपने इसका उपयोग न किया हो।
अनुकूलित।



माननीय शक ज़ी शो नेन

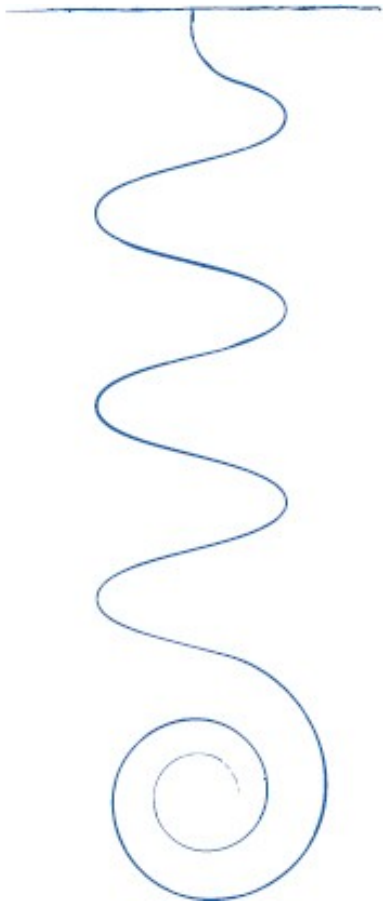
दाई को मायो (रेकी प्रतीक) का केवल उपचार कार्य ही नहीं होता, बल्कि यह एक
चिकित्सीय प्रक्रिया और ऊर्जा का परिवहन; वे दरवाजों की चाबियाँ भी हैं।
जागृति और उच्च चेतना। वे आपकी जागरूकता को बढ़ाते हैं और लाते हैं
अभिव्यक्ति के बारे में। उसुई सेंसेई ने कुरामा पर्वत पर जो खोजा वह था
लोगों को की (ऊर्जा) से जोड़ने के उपकरण। यह बिल्कुल रेडियो को ट्यून करने जैसा है—जब आपको पता चलता है कि
स्टेशन पर संगीत बजता है। ये प्रतीकात्मक कुंजियाँ आपको जोड़ती हैं और संगीत से जोड़ती हैं।
स्वयं सार्वभौमिक जीवन शक्ति।

अतीत में इन प्रतीकों के बारे में काफी चर्चा हुई है।
यह गुप्त होने के साथ-साथ पवित्र भी होना चाहिए। हालाँकि, परिस्थितियाँ बदल गई हैं।
ये चर्चाएँ आज इंटरनेट पर आसानी से देखी जा सकती हैं।
इस बहस को आगे बढ़ाने का कोई मतलब नहीं है। जो बात अत्यंत महत्वपूर्ण बनी हुई है, वह यह है कि
ये प्रतीक पवित्र हैं। यदि आप इन्हें पवित्र मानेंगे, तो ये आपकी मदद करेंगे।
अपने क्लिनिक का समर्थन करें, अगर आप उनके साथ बुरा व्यवहार करेंगे तो वे भी नहीं करेंगे। कृपया अपना समर्थन दें।
उनका सम्मान करें।

क्योंकि ये प्रतीक हाथ से बनाए गए हैं, इसलिए इनकी शैली में भिन्नता है।
आगे दिए गए चित्र वही हैं जिनका मैंने हमेशा उपयोग किया है; यदि आपके चित्र भिन्न हैं, तो इससे कोई फर्क नहीं पड़ता।

उन्हें गलत बनाएं। अगले पृष्ठों पर दिए गए विकल्पों को आज़माएं और देखें कि क्या आपके विकल्प सही हैं।
दोनों अलग-अलग हैं, इसलिए उस संस्करण का उपयोग करें जिसके साथ आप सहज महसूस करते हैं। इरादा सर्वोपरि है।
प्रतीकों के साथ काम करते समय।

राकु—बिजली की चमक



राकु—अग्नि सर्प

तिब्बती दाई को म्यो

प्रतीकों को बनाने के तरीके
• चित्र बनाना: कागज पर कलम या पेंसिल से, या हवा में प्रतीक बनाएं।

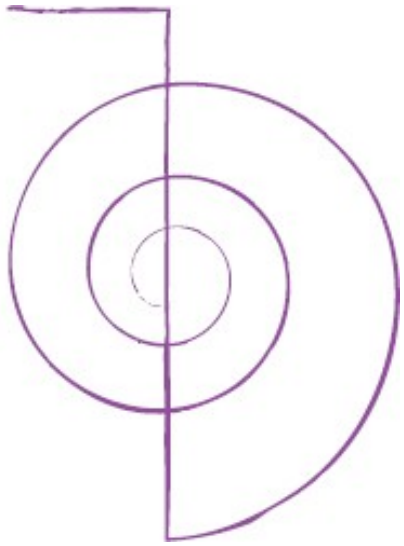
आप अपनी हथेली या उंगली पर—या अपनी नाक पर भी ये प्रतीक बना सकते हैं!
अपनी जीभ से अपने मुंह की छत को छूना। हवा में प्रतीकों को बनाना।
क्रिस्टल की छड़ी या सेलेनाइट की "पेंसिल" जैसी छड़ी उनकी ऊर्जा को बढ़ाएगी।

• कल्पना करना: प्रतीक को अपने मन में चित्रित करें। ऐसा करने का सबसे आसान तरीका यह है:
कागज पर प्रतीक बनाएं और छवि के अंकित हो जाने तक उसे देखते रहें।
अपने मन में विचार केंद्रित करें, फिर अपनी आंखें बंद करें और उस छवि को अपनी स्मृति में बनाए रखें।
थोड़े अभ्यास से आप लंबे समय तक छवि की कल्पना कर पाएंगे।
और आपको इसे बनाने की आवश्यकता नहीं होगी; यह बस आपके दिमाग में प्रकट हो जाएगा।
इस बारे में सोचो।

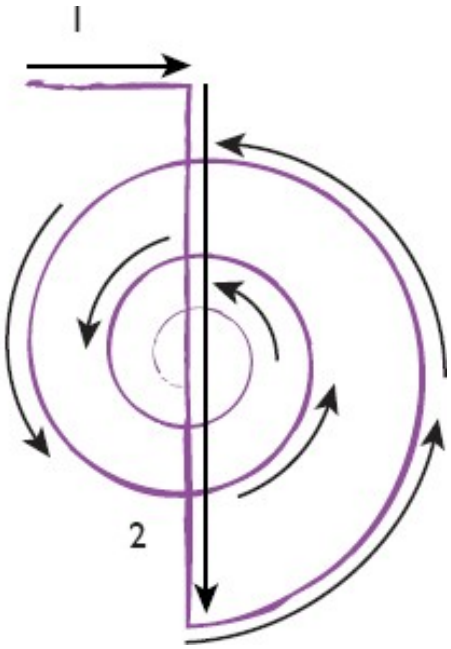
• क्रिस्टल के साथ: पॉलिश किए हुए पत्थरों या क्रिस्टल से प्रतीक बनाएं।

आप प्रतीकों का आह्वान जिस भी तरीके से करें, आपको नाम का जाप करना चाहिए।
प्रत्येक प्रतीक को तीन बार पुकारें (तीन संख्या है)।
अभिव्यक्ति)। हमेशा याद रखें कि यदि आप इन प्रतीकों को पवित्र मानते हैं तो
यदि आप उनसे तालमेल बिठा लेते हैं, तो वे आपके द्वारा किए जाने वाले हर काम को बहुत हद तक बेहतर बनाएंगे।

चो कु रेई—शक्ति का प्रतीक



चो कू री


1
2

ड्राइंग चो कू री

चो कु रेई को शक्ति का प्रतीक माना जाता है क्योंकि यह एक स्विच की तरह है जो ऊर्जा को परिवर्तित करता है।
रेकी की शक्ति पर। यह उपचार की शुरुआत करता है और अंत में उसे पूरा कर सकता है।
ऊर्जा को केंद्रित करने के कारण, यह शरीर के किसी विशिष्ट क्षेत्र में अतिरिक्त रेकी ऊर्जा निर्देशित कर सकता है।
यह शरीर के लिए एक ढाल के रूप में भी कार्य कर सकता है, जो बाहरी ऊर्जा को शरीर पर प्रभाव डालने से रोकता है।
उपचार कक्ष और ग्राहकों द्वारा उत्सर्जित ऊर्जा को बाहर निकलने से रोकना।

चो कु रेई आपके और आपके साथी, बच्चों, दोस्तों, जानवरों आदि की रक्षा करता है।
घर, और कार—आपके लिए जो भी व्यक्ति और वस्तु महत्वपूर्ण है। यह प्रदान करता है
उपचार के दौरान आपके ग्राहकों द्वारा उत्सर्जित ऊर्जा से सुरक्षा, मानसिक
हमले, दुर्घटनाएं और झगड़े।

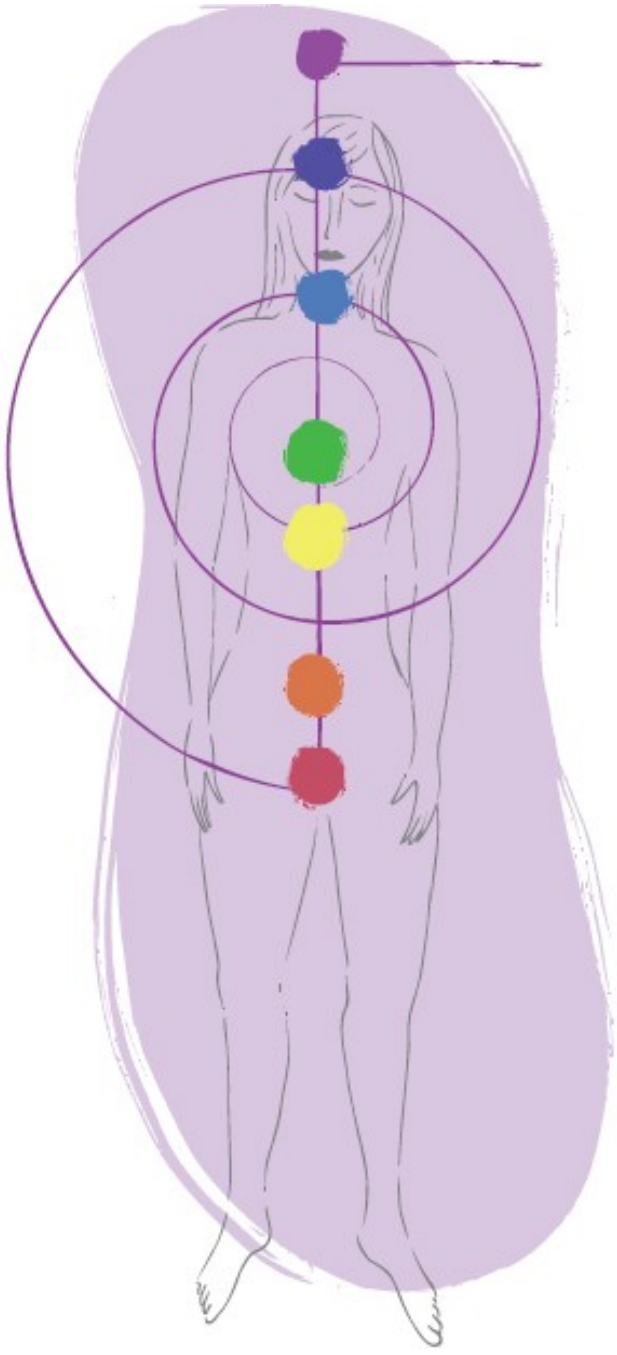
आप क्रिस्टल पर चो कु रेई मंत्र का जाप करके उन्हें ऊर्जावान रूप से शुद्ध कर सकते हैं।
अपने हाथों से। और आप यही तरीका खाने-पीने की चीजों के साथ भी अपना सकते हैं।

यह प्रतीक परीक्षा जैसी तनावपूर्ण स्थितियों में आपके आत्मविश्वास को बढ़ाता है।
साक्षात्कार, यात्राएँ और अभियान। याद रखें कि आप प्रतीक का उपयोग कर सकते हैं।
किसी भी आयोजन से पहले, उसके दौरान और उसके बाद।

चो कु रेई अन्य सभी प्रतीकों के लिए एक स्विच की तरह काम करता है और इसमें और भी बहुत कुछ जोड़ता है।
उन्हें शक्ति प्रदान करें। भले ही यह प्रतीक पूरी तरह से अनुकूलित न हो, फिर भी यह उल्लेखनीय मात्रा में शक्ति प्रदान करता है।
शक्ति का (जो सामंजस्य स्थापित होने के बाद बहुत बढ़ जाती है)।

ड्राइंग चो कू रे

प्रत्येक प्रतीक को जिस तरह से बनाया जाता है, वह मायने रखता है क्योंकि इससे उसकी आवृत्ति और प्रभाव बदल जाता है।
चो कु रेई को दक्षिणावर्त, वामावर्त और ऊपर से नीचे की ओर खींचा जा सकता है।
और केंद्र से बाहर की ओर। परंपरागत रूप से, इसे ऊपर से खींचा जाना चाहिए।
वामावर्त सर्पिल के साथ नीचे की ओर। इससे ऊर्जा का प्रवाह बढ़ता है जहाँ
इसे एक दिशा में मोड़ा जा रहा है। केंद्र से बाहर की ओर खींचने से प्रवाह कम हो जाता है।
यह ऊर्जा को बढ़ाता है और किसी स्थान से नकारात्मक ऊर्जा को दूर करने में फायदेमंद हो सकता है।
ग्राहक या कमरा।



चो कू रेई के साथ खुद को सशक्त बनाएं

जब भी आपको थोड़ी सी ऊर्जा की आवश्यकता हो, इसे आजमाएं। यह खासकर शुरुआत में बहुत उपयोगी है।
दिन के दौरान, दूसरों का इलाज करने से पहले, कक्षा पढ़ाने से पहले और अन्य कार्य करने से पहले।
या फिर सिर्फ इसलिए कि आपको इससे जो एहसास मिलता है, वह आपको अच्छा लगता है!

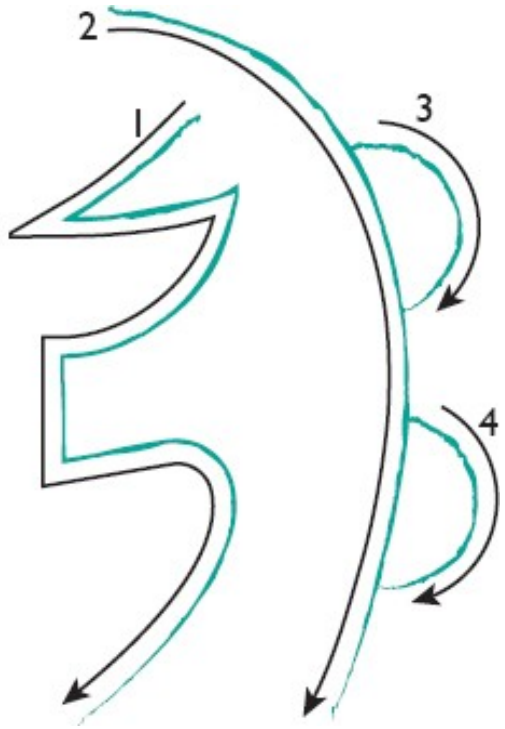
1. अपने क्वार्ट्ज़ मास्टर क्रिस्टल (पृष्ठ 21 देखें) को दोनों हाथों में पकड़ें और कल्पना करें क्रिस्टल के भीतर चो कु रेई। इसे चमकते हुए देखें, मानो यह बैंगनी लौ में लिपटा हुआ हो।
क्रिस्टल का सिरा आपके किसी एक हाथ की हथेली की ओर होना चाहिए।
हाथों से, अपनी हथेली के ठीक ऊपर क्रिस्टल से हवा में चो कु रेई की आकृति बनाएं और
नाम का तीन बार जाप करें। यही क्रिया दूसरे हाथ से भी दोहराएं।

2. फिर से अपने मुख्य क्रिस्टल का उपयोग करके, अपने सातों हाथों पर प्रतीक बनाएं।
आधार चक्र से शुरू होकर शीर्ष चक्र तक, प्रत्येक बार प्रमुख चक्रों की गणना की जाती है।
प्रतीक के नाम का तीन बार जाप करना।

3. अंत में, जैसा कि चित्र में दिखाया गया है, अपने ऊपर एक बड़ा चो कू रेई चिह्न बनाएँ।
अपने मास्टर क्रिस्टल से शरीर को आकार दें, क्रिस्टल से एक रेखा खींचकर शुरुआत करें।
आपके सिर के ऊपर से दाहिनी ओर से, फिर आपके शरीर के मध्य से नीचे की ओर
आधार चक्र। वहां से, अपने चक्रों के माध्यम से दक्षिणावर्त सर्पिल बनाएं: आधार
सिर के ऊपरी भाग तक, त्रिकास्थि तक नीचे और भौंहों तक ऊपर, फिर आपके सोलर प्लेक्सस तक गोल घूमें।
आपके गले तक, और अंत में प्रतीक को पूरा करने के लिए आपके हृदय तक।
जब यह आप पर दिखाई देता है, मानो आप दर्पण में देख रहे हों, तो यह पूर्णता प्रदान करता है।
वामावर्त सर्पिल।

सेई हे की—मानसिक/भावनात्मक प्रतीक

Sei He Ki



Drawing Sei He Ki

सेई हे की को मानसिक/भावनात्मक प्रतीक कहा जाता है क्योंकि इसकी ऊर्जा निर्देशित होती है।
इन क्षेत्रों में, लेकिन आप इसे तनाव का प्रतीक भी कह सकते हैं। यह महत्वपूर्ण है।
क्योंकि लगभग सभी शारीरिक चोटें और बीमारियाँ सीधे तनाव से संबंधित होती हैं। हम जानते हैं कि तनावग्रस्त लोगों की रोग प्रतिरोधक क्षमता कमजोर होती है और वे
किसी भी तरह के संक्रमण की चपेट में आने की संभावना रहती है। हमें 21 वीं सदी के कई संक्रमणों के बारे में भी जानकारी है।
सदी की बीमारियाँ और स्थितियाँ जो सीधे तनाव से संबंधित हैं या बहुत हद तक
इससे और भी गंभीर हो जाने वाली बीमारियाँ, जैसे कि क्रोहन रोग, हृदय रोग, सोरायसिस, आदि।
माइग्रेन। लेकिन अक्सर तनाव के प्रत्यक्ष कारणों को नजरअंदाज कर दिया जाता है।
शारीरिक चोट। उदाहरण के लिए, उस व्यक्ति को लें जिसे आपातकालीन कक्ष में ले जाया जाता है।
विभाग में भर्ती एक महिला का पैर टूट गया है क्योंकि उसे बस ने कुचल दिया था।
इसके कई कारण हो सकते हैं, लेकिन जब तक यह कोई असामान्य दुर्घटना न हो, हमें
उससे पूछो कि वह इतनी तनावग्रस्त क्यों थी कि उसने एक बहुत बड़ी बस को भी नहीं देखा।
उसने सड़क पार की। वह काफी तनाव में रही होगी। और
अस्पताल शरीर को ठीक करने, हड्डियों को जोड़ने और दर्द निवारक दवाएं देने में माहिर है; लेकिन जब तक तनाव का समाधान नहीं हो जाता, वह किसी न किसी मुसीबत में फंसती चली जाएगी। बस। इसीलिए क्रिस्टल रेकी हीलिंग में सेई हे की इतना महत्वपूर्ण है: हम हैं

हमेशा किसी भी समस्या के मूल कारण को ठीक करने की कोशिश करते हैं, ताकि वह दोबारा न हो।

ऐसा कहा जाता है कि सेई हे की दाएं और बाएं मस्तिष्क की गतिविधियों को संतुलित करता है, जिससे सामंजस्य और शांति आती है।
शांति। यह विशेष रूप से रिश्तों की समस्याओं, चिंता आदि को दूर करने में सहायक है।
घबराहट और पैनिक अटैक, साथ ही डर, अवसाद, उदासी और शोक।
यह स्मृति में भी सुधार करता है और मनोभ्रंश के उपचार में इसका प्रयोग किया जा सकता है।
संबंधित स्थितियाँ।

सेई हे की सकारात्मक विचारों को बढ़ाता है, ऊर्जा को शुद्ध करता है और उसे एक साथ लाता है।
यह आपको अलग-अलग दिशाओं में खींचता है और नकारात्मक भावनाओं से बचाता है।
किसी भी सदमे या आघात के लिए अच्छा है, दवाओं, भोजन और अन्य चीजों की शक्ति बढ़ाने में मदद कर सकता है।
यह वैकल्पिक उपचारों में सहायक है, पशुओं के उपचार और अतीत को भुलाने में मदद करता है, और
जब आपको बस किसी के गले लगने की ज़रूरत हो, तो ऐसा महसूस होता है जैसे कोई आपको गले लगा रहा हो। मन को शांत करने के लिए।
एक झटके के साथ, एक्वा ऑरा क्रिस्टल से हवा में सेई हे की को खींचें—यह एक
आघात से शीघ्र मुक्ति।

यह प्रतीक सबसे अधिक शक्तिशाली तब होता है जब कम से कम रेकी लेवल 2 से अभ्यस्त हो, हालांकि
यदि इसका उपयोग सामंजस्य स्थापित करने से पहले या स्तर 1 पर किया जाए तो कुछ शक्ति का अनुभव किया जा सकता है।

DRAWING SEI HE KI
यह चिह्न चार स्ट्रोक में बनाया गया है। बाएं स्ट्रोक से शुरू करें, आगे बढ़ते हुए।
ऊपर से नीचे की ओर, फिर दाईं ओर, और फिर से ऊपर से नीचे की ओर।
फिर, प्रत्येक को एक ही नीचे की ओर स्ट्रोक से, ऊपरी लूप को खींचें और अंत में
निचला लूप।

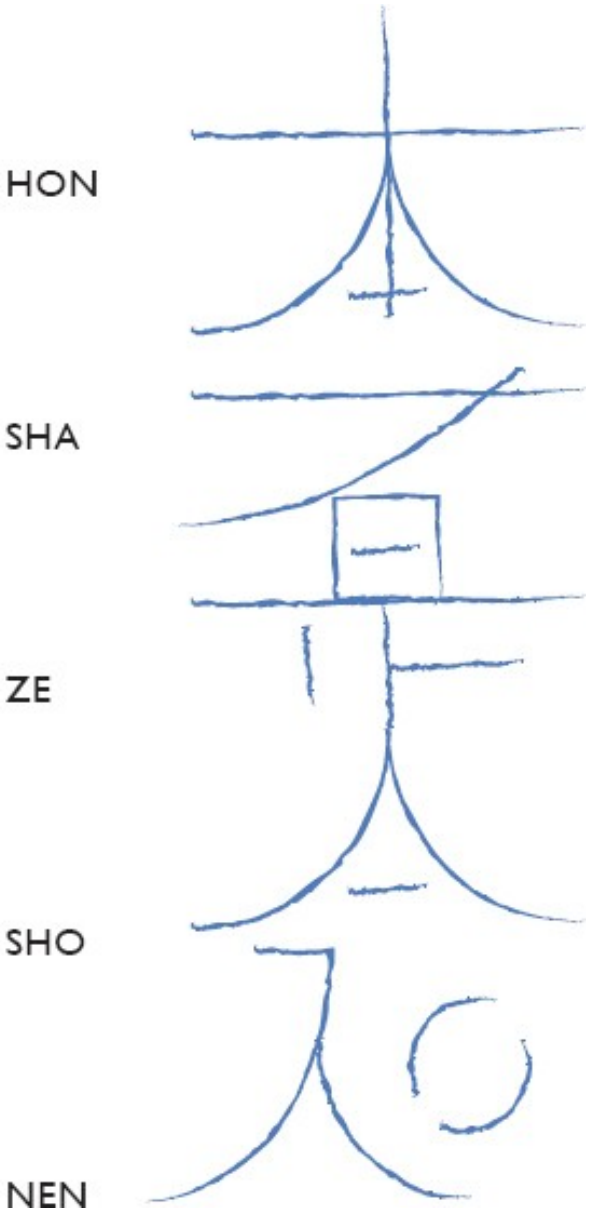
सेई हे की के साथ तनाव और चिंताओं से छुटकारा पाएं
आपको एक बड़ा कागज और एक पेन या पेंसिल की आवश्यकता होगी, आदर्श रूप से हरे रंग की।
बैंगनी या नीला रंग। काले रंग के पेन का प्रयोग करने से बचें, क्योंकि काला रंग ऊर्जा को अवशोषित करता है और हम
ऊर्जा को मुक्त करना चाहता हूँ।

1. एक शांत, एकांत स्थान ढूंढें जहाँ आप आराम से बैठ सकें। अपने मन में,
सेई हे की को हरे, बैंगनी या नीले रंग में स्पष्ट रूप से चित्रित होते हुए कल्पना करें। इस मानसिक स्थिति को बनाए रखें।
जितनी देर तक हो सके, छवि को देखते रहें। अभ्यास से आप इसे और भी लंबे समय तक कर पाएंगे।
अधिक समय तक।

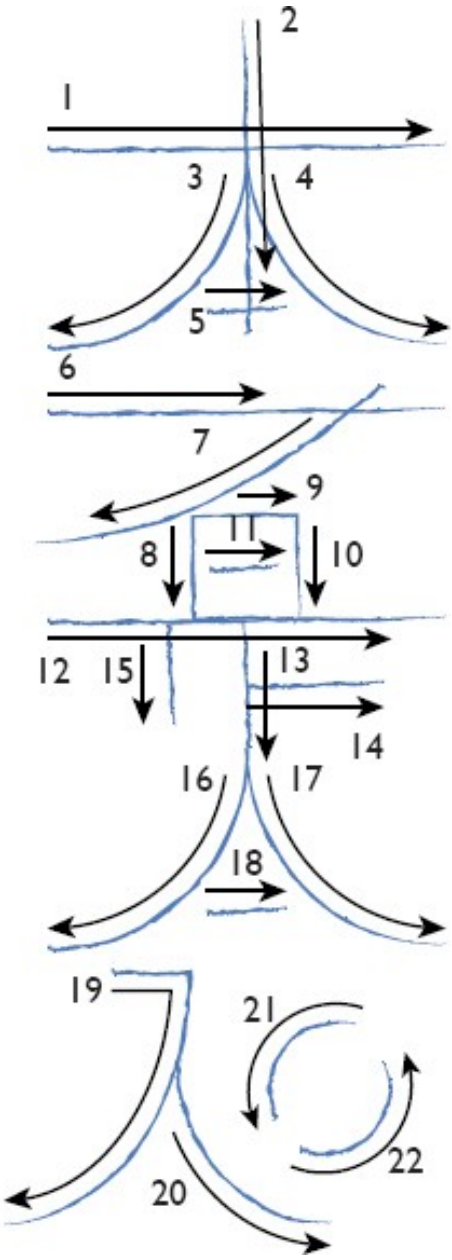
2. अब कागज पर चित्र बनाएं और अपना ध्यान किसी भी चीज पर केंद्रित करें।
कोई भी व्यक्ति जो आपको तनाव या चिंता दे रहा हो। इसकी स्पष्ट कल्पना कीजिए।
किसी घटना, मुद्दे या व्यक्ति के बारे में, या यदि आपको इसकी कल्पना करना मुश्किल लगता है, तो बस इसे अपने मन में शब्दों में व्यक्त करें। एक गहरी सांस लें और सांस छोड़ते रहें।
इस छवि या विचार को अपने द्वारा बनाए गए प्रतीक में समाहित करें। अपने Sei की कल्पना करें।
हे की आपकी चिंता या तनाव को अवशोषित करके उसे रेकी में परिवर्तित कर देता है, और
देखें कि रेकी ऊर्जा आपकी समस्या के स्रोत तक प्रवाहित हो रही है और उसे घेर रही है।
सेई हे की प्रतीकों के साथ, बैंगनी रेकी सागर में नृत्य करते हुए और समस्या का समाधान करते हुए आपके दिमाग मे।

आप इस प्रक्रिया को उन सभी चीजों के लिए दोहरा सकते हैं जो आपको परेशान कर रही हैं।

माननीय शा ज़े शो नेन-दूरी का प्रतीक


HON
SHA
ZE
SHO
NEN

[redacted]


1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22

होन शा ज़े शो नेन का चित्र

कुछ लोगों को इस प्रतीक से काफी चुनौती महसूस हो सकती है, और कुछ लोग
इसके उपयोग को लेकर भ्रम की स्थिति है। इसे आमतौर पर दूरी के प्रतीक के रूप में जाना जाता है, लेकिन, वास्तविकता यह है कि यह केवल दूरी से ही नहीं जुड़ी है, बल्कि यह समय और स्थान से परे है, और
यह हर चीज में मदद कर सकता है, क्योंकि सब कुछ समय-स्थान के भीतर है।
निरंतरता। हालाँकि इस प्रतीक का उपयोग दूरस्थ उपचार में किया जाता है, लेकिन इसका एक और अर्थ भी है।
लगभग हर उपचार परिदृश्य में इसकी भूमिका होती है। टूटे हुए दिल वाले हमारे दोस्त को याद रखें।
जिस पैर को बस ने टक्कर मारी थी (पृष्ठ 27 देखें)? खैर, आप अच्छा अनुमान लगा सकते हैं
उसका तनाव या तो अतीत की किसी घटना से या भविष्य की किसी घटना से संबंधित था। दोनों ही मामलों में, उसके उपचार में होन शा ज़े शो नेन का उपयोग किया जाएगा।
सत्र। आपकी अपनी कितनी समस्याएं अतीत से जुड़ी हैं? क्या आप
क्या आप भविष्य को लेकर चिंतित हैं? इस "भविष्य" में अगले पांच मिनट भी शामिल हैं।
और हम सबके चले जाने के बाद इस ग्रह का क्या होगा, साथ ही साथ क्या होगा
बीच में स्थित है।

यह प्रतीक सबसे अधिक शक्तिशाली तब होता है जब कम से कम रेकी लेवल 2 से अभ्यस्त हो, हालांकि
यदि इसका उपयोग सामंजस्य स्थापित करने से पहले या स्तर 1 पर किया जाए तो कुछ शक्ति का अनुभव किया जा सकता है।

चित्र देखें
यह सबसे जटिल प्रतीक है जिसे बनाना मुश्किल है, इसलिए, अन्य प्रतीकों की तरह ही,
मैंने एक आरेख (पृष्ठ 29 देखें) प्रदान किया है जो चित्र बनाने का क्रम दर्शाता है।
सभी स्ट्रोक।

HON SHA ZE SHO NEN के साथ अतीत के घावों को भरें
1. शांत बैठें और अपने मन को एकाग्र करें। एक कलम और कागज लें और जो भी विचार आ रहे हों, उन्हें लिख लें।
आपके जीवन में तनाव। अब इन्हें देखें और पता लगाएं कि इनमें से कौन-कौन से आपस में जुड़े हुए हैं।
अतीत की ओर।

2. इन मुद्दों को नोट करने के बाद, अपने क्रिस्टल रेकी गाइड और किसी अन्य सहायक से संपर्क करें।
अन्य मार्गदर्शक जो मदद कर सकते हैं (पृष्ठ 21 देखें)। फिर अपना क्वार्ट्ज मास्टर लें।
क्रिस्टल (पृष्ठ 21 देखें) का उपयोग करें और उससे प्रत्येक पर होन शा ज़े शो नेन बनाएं।
अपनी सूची में मौजूद समस्या के लिए, प्रतीक के नाम का तीन बार उच्चारण करें। पूछें
रेकी के माध्यम से समय और स्थान में पीछे जाकर प्रत्येक व्यक्ति के मूल कारण तक पहुंचना और उसे ठीक करना।
इससे संबंधित सभी लोग (और सभी जानवर—अर्थात सभी जीवित प्राणी)। यह है
सभी को स्वास्थ्य लाभ की कामना भेजना महत्वपूर्ण है, भले ही आप चुनौतियों का सामना कर रहे हों।

जिस व्यक्ति ने आपको ठेस पहुंचाई है, उसे सकारात्मक ऊर्जा भेजना। आपको ऐसा करना ही चाहिए।
इसका उद्देश्य अतीत की किसी स्थिति को ठीक करना है, क्योंकि अन्यथा कुछ ऊर्जा
वह फंसा हुआ है और आपको आगे बढ़ने से रोकता रहेगा।

3. अपनी सूची में प्रत्येक आइटम के लिए यह प्रक्रिया पूरी करने के बाद, धन्यवाद दें
आपका क्वार्ट्ज़ मास्टर क्रिस्टल और आपके मार्गदर्शक जो आपकी मदद करेंगे। तीन लें।
गहरी सांसें लें, और सांस छोड़ते समय यह जान लें कि आपने बदलाव ला दिया है।
इस क्षण से जुड़ी ऊर्जा।

माननीय शा ज़े शो नेन के साथ दूरवर्ती उपचार
आप Hon Sha Ze Sho Nen का उपयोग करके किसी भी व्यक्ति या वस्तु से जुड़ सकते हैं।
दुनिया में कहीं भी, और इसी कारण से यह प्रतीक हमेशा इससे जुड़ा होता है।
दूरस्थ उपचार के साथ—जो लोग आपके साथ नहीं हैं, उन्हें उपचार ऊर्जा भेजना (पृष्ठ देखें)
93). हालांकि दूरस्थ उपचार भेजने के कई रेकी तरीके हैं, फिर भी एक
अपने काम में जान डालने के लिए क्रिस्टल बॉल के साथ काम करने की एक शानदार तरकीब!

1. एक नोटबुक और पेन खरीदें, मांगें या उधार लें (दीर्घकालिक रूप से)। इसके आगे वाले भाग पर लिखें।
"हीलिंग बुक" शब्द लिखें और उसके अंदर किसी भी व्यक्ति का नाम जोड़ना शुरू करें।
आप जिन्हें स्वास्थ्य लाभ भेजना चाहते हैं। कुछ लोग प्रति व्यक्ति एक नाम लिखना पसंद करते हैं। कुछ लोग पृष्ठ पर इन्हें सूचीबद्ध करना पसंद करते हैं, जबकि अन्य लोग इन्हें एक साथ सूचीबद्ध करना पसंद करते हैं। आप चाहें तो इन्हें जोड़ सकते हैं।
उनके बारे में अधिक जानकारी, जैसे कि जिस स्थिति का इलाज आवश्यक है, उनके
उनकी उम्र या वे कहाँ रहते हैं, जैसी जानकारी आप जोड़ सकते हैं। आप अपनी इच्छानुसार कम या ज्यादा जानकारी जोड़ सकते हैं।
इससे संतुष्ट हैं। आप चाहें तो बाद में और नाम जोड़ सकते हैं।

2. अपने क्रिस्टल रेकी मार्गदर्शक (पृष्ठ 21 देखें) और किसी अन्य मार्गदर्शक से प्रार्थना करें।
मैं आपकी मदद करना चाहता हूँ।

3. अपने क्वार्ट्ज क्रिस्टल बॉल को दोनों हाथों में पकड़ें और उसमें रेकी ऊर्जा प्रवाहित होने दें।
या, यदि आप रेकी लेवल 2 या 3 से जुड़े हुए हैं, तो प्रत्येक प्रतीक को बैंगनी रंग में कल्पना करें।
क्रिस्टल के अंदर धुंध छाई हुई है। क्रिस्टल बॉल को एक तरफ रख दें।

4. अपने क्वार्ट्ज़ मास्टर क्रिस्टल (पृष्ठ 21 देखें) से जुड़ें और होन शा का चित्र बनाएँ।
किताब के ऊपर ज़े शो नेन का प्रयोग करें। फिर दोनों हाथों को किताब पर रखें।
रेकी ऊर्जा को प्रवाहित होने दें और पुस्तक को ठीक होने दें, मानो आप किसी को उपचार दे रहे हों।
व्यक्ति।

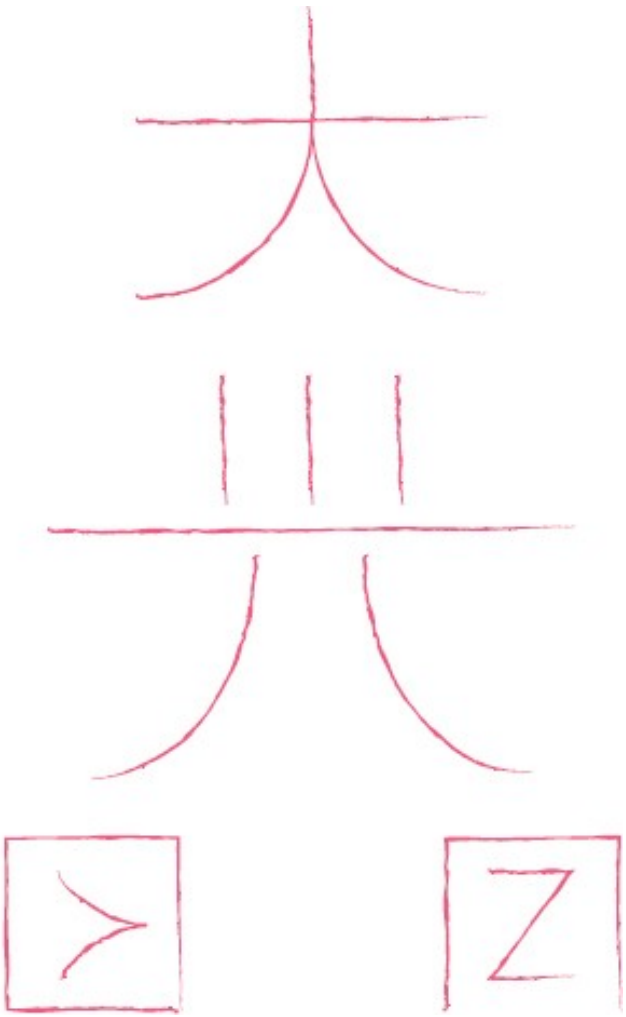
5. अपनी किताब को बंद करके मेज या शेल्फ पर सपाट रखें—ऐसी किसी भी जगह पर जहाँ वह किसी के हाथ न लगे।

परेशान हैं? तो रेकी से चार्ज की गई अपनी क्रिस्टल बॉल को ऊपर रख दें।
इसे सहारा देने के लिए स्टैंड की आवश्यकता हो सकती है; यदि आपके पास स्टैंड नहीं है, तो आप किसी अन्य वस्तु का उपयोग कर सकते हैं।
इसे अपनी जगह पर रखने के लिए अंगूठी, छोटा कुशन पैड या चिपकाने वाली टेप का उपयोग करें। होन शा ज़े का चित्र बनाएँ।
शो नेन को क्रिस्टल बॉल और किताब के ऊपर अपने क्वार्ट्ज मास्टर क्रिस्टल के साथ रखें।
अपने गाइड को धन्यवाद दें।

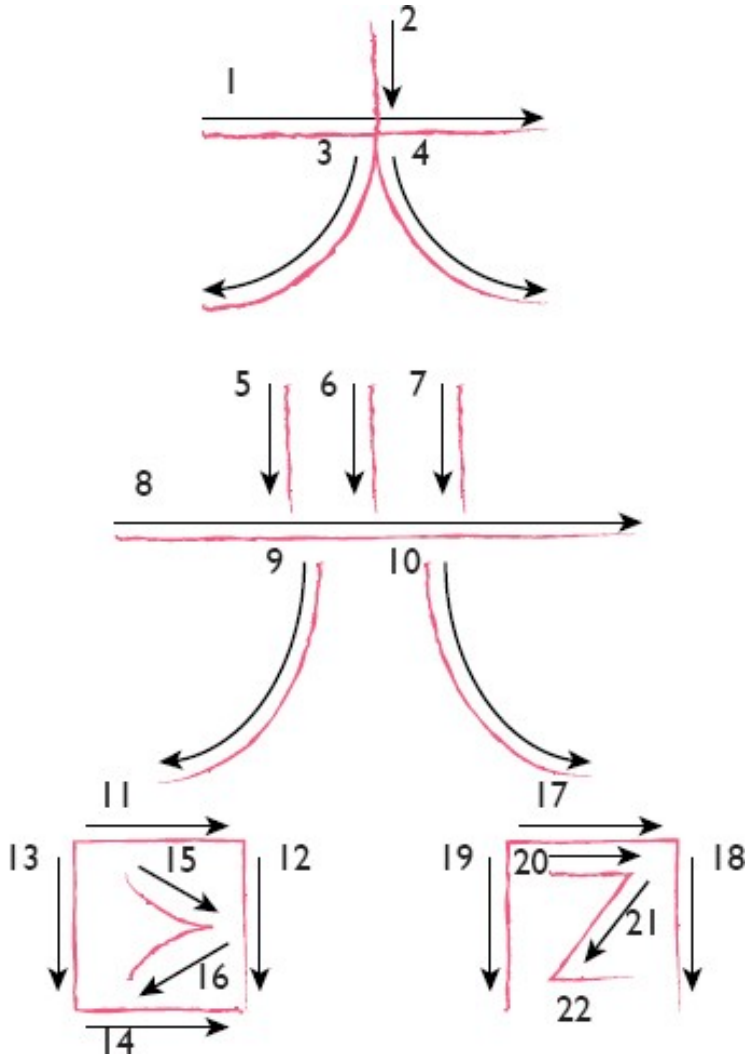
चीजों को नियमित रूप से करना हमेशा बेहतर होता है और दूरस्थ उपचार भेजना भी इसी क्रम का हिस्सा है।
कोई अपवाद नहीं। आप इसे प्रतिदिन या साप्ताहिक रूप से भेजने के लिए कोई समय निकाल सकते हैं। ऐसा करना अच्छा लगता है।
दोस्तों के साथ समूह में भी ऐसा ही करें। अगर आप एक ही जगह पर साथ नहीं हो सकते,
बस एक निश्चित समय पर "क्रिस्टल रेकी हीलिंग मीट अप" का आयोजन करें।
सभी लोग एक ही समय पर होन शा ज़े शो नेन बनाते हैं। इससे
चाहे आप शारीरिक रूप से कितनी भी दूर हों, अपनी ऊर्जाओं को आपस में जोड़ें।
एक दूसरे से।

दाई को मायो (उसुई संस्करण)—मास्टर

प्रतीक



दाई को मायो



ड्राइंग दाई को मायो

यह रेकी के लिए छात्रों को तैयार करने का मुख्य प्रतीक है, और सेई हे की की तरह ही,
होन शा ज़े शो नेन—यह अपनी पूरी शक्ति तभी धारण करता है जब आप इसका अनुभव कर चुके हों।
इसके अनुरूप। अन्य प्रतीकों की तरह, इसमें भी भिन्नताएँ हैं।
यह प्रतीक विभिन्न रेकी प्रणालियों में दर्शाया जाता है। हालाँकि, इसका उद्देश्य वही रहता है।
वही।

दाई को म्यो का मोटे तौर पर अनुवाद "ब्रह्मांड के महान प्राणी, चमको" के रूप में किया जा सकता है।
"मुझ पर भरोसा रखो, मेरे मित्र बनो।" ज़ेन बौद्ध धर्म की समझ सच्चे अर्थ से संबंधित है।
मनुष्य का बुद्ध स्वरूप; ज्ञानोदय का अनुभव—“ज्ञान का खजाना”

"महान चमकता प्रकाश" 2. यह उसुई सेंसेई के कुरामा पर्वत पर हुए अनुभव से भी मेल खाता है। प्रतीक का सार ऊर्जा के उत्सर्जन से संबंधित है।
दिव्य से। यह अद्भुत वर्णनों से मेल खाता है।
रेकी मास्टर से उपहार प्राप्त करने वाले छात्रों द्वारा व्यक्त की गई तीव्र भावनाएँ
शिक्षक का सामंजस्य।

दाई को म्यो रेकी पर गहनता से ध्यान केंद्रित करता है, न केवल इसलिए कि यह पीढ़ी दर पीढ़ी ज्ञान प्रदान करने के लिए आवश्यक है।
न केवल सामंजस्य स्थापित करने के लिए, बल्कि उपचार और अभिव्यक्ति के सभी स्तरों के लिए भी। पूछें और आपको जवाब मिल जाएगा।
ब्रह्मांड सब कुछ प्रदान करेगा, लेकिन कृपया जो मांग रहे हैं उसके बारे में सावधान रहें, क्योंकि आप
हो सकता है कि आपको वह मिल जाए... और यह आपके लिए संभालना बहुत मुश्किल हो जाए।

ड्राइंग दाई को मायो
यह प्रतीक 22 अलग-अलग रेखाओं से बनाया गया है—मार्गदर्शन के लिए आरेख देखें।

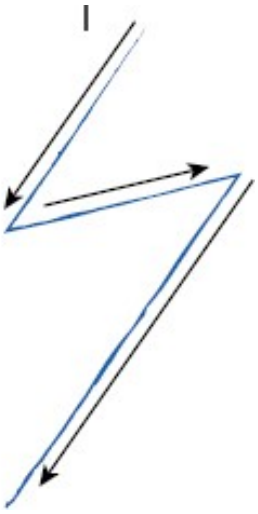
दाई को म्यो के साथ अपने उपचारक हाथों को सक्रिय करें
उपचार या सामंजस्य प्रदान करने से पहले इसे आजमाने के लिए यह एक उत्कृष्ट अभ्यास है।
एक हाथ की हथेली पर उंगली से मास्टर का चिन्ह बनाएं, फिर
दूसरे हाथ से भी यही दोहराएं। अपने हाथों से तीन बार ताली बजाएं।
प्रतीक के नाम का जाप करें। अपने हाथों में ऊर्जा का अनुभव करें। इससे एक लाभ मिलता है।
इसका असर काफी तुरंत होता है, खासकर अगर आप पहले से ही इसके लिए अभ्यस्त हो चुके हों।

प्रतीकों के बारे में सोचें

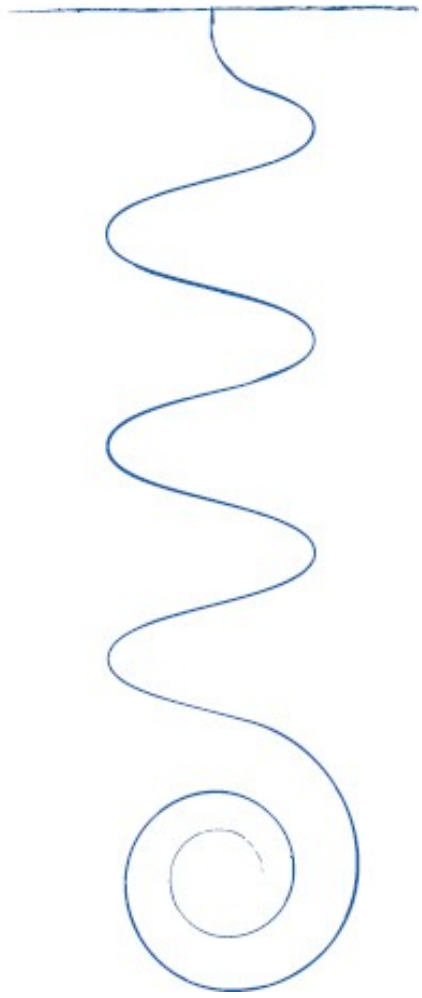
प्रतीकों को तब तक बनाने का अभ्यास करें जब तक आप उन्हें सोच और देख न सकें।
आपके मन में स्वतः ही और आपके सामने हवा में। फिर वे
जादू बन जाता है। अगर आप किसी को भावनात्मक अवस्था में देखते हैं और सोचते हैं कि...
हे की और सेई हे की को देखें, प्रतीक बाकी का काम खुद कर लेता है क्योंकि यह तैरता हुआ आगे बढ़ता है।
इससे व्यक्ति को राहत मिलती है और उनका मन शांत होता है। अगर आप किसी को उदास देखते हैं,
चो कु रेई के बारे में सोचें और देखें कि प्रतीक उनके पास चला जाता है।

इन प्रतीकों पर लोगों की प्रतिक्रिया आपको लगभग तुरंत ही देखने को मिलेगी।
बिल्कुल जादू की तरह—प्रतीकात्मक जादू।
राकु—आधारभूत करने वाला प्रतीक

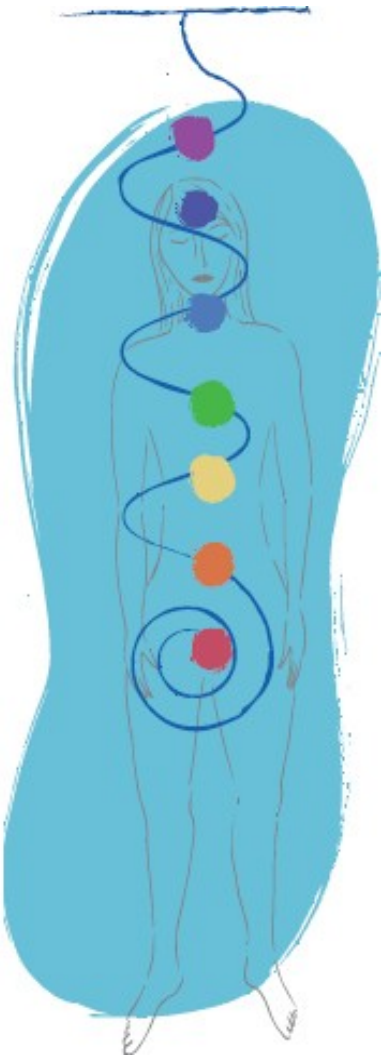
□□□□—□□□□□ □□ □□□



□□□□ □□ □□□□□ □□□□□—□□□□□ □□ □□□□□



राकु : अग्नि सर्प



राकु चक्रों से गुजर रहा है

राकु एक आधार और एक जोड़ने वाला प्रतीक दोनों है और इसे दो रूपों में प्रस्तुत किया जाता है।
तरीके। इसका सबसे सरल चित्रण बिजली की चमक है, जो ग्राहक को ग्राउंड कर सकती है।
उपचार के बाद। आप हेमेटाइट पत्थरों से क्रिस्टल राकू बना सकते हैं।
अपने थेरेपी बेड का उपयोग करके ग्राहकों के लिए एक ग्राउंडिंग अनुभव बनाएं (पृष्ठ देखें) 145).

इस प्रतीक का दूसरा रूप अग्नि सर्प है। इस प्रस्तुति में, राकु को दर्शाया गया है।
यह कुंडलिनी ऊर्जा के आधार चक्र में स्थित उसके मूल से ऊपर उठने से संबंधित है।
कुंडलिनी वह मूल ऊर्जा और चेतना का स्रोत है जिससे हम जन्म लेते हैं।
साथ में। यह रीढ़ की हड्डी के आधार पर एक सर्प की तरह कुंडलित होता है और हो सकता है।
राकु और अन्य विधियों के साथ काम करने से जागृति प्राप्त हुई।
राकु उपचार या सामंजस्य के अंत में, या किसी भी समय उपयोगी होता है जब
किसी व्यक्ति को ऊर्जा में बदलाव का अनुभव हो सकता है जिससे उन्हें ऐसा महसूस हो सकता है
ध्यान भटकाने में भी यह मददगार हो सकता है। अगर आपको लगे कि कोई भी स्थिति बेकाबू हो रही है, तो यह आपके लिए उपयोगी हो सकता है।
जब स्थिति नियंत्रण से बाहर हो जाती है या लोग घबरा जाते हैं या उन्माद की स्थिति में आ जाते हैं: इससे ऊर्जा का प्रवाह बदल जाता है, जिससे
इससे मन को शांति मिलती है।

राकु का चित्र बनाना
बिजली की लकीर ऊपर से नीचे की ओर खींची गई है। अग्नि सर्प का रूप है
इसे आमतौर पर ऊपर से नीचे की ओर खींचा जाता है, जिसमें प्रत्येक मोड़ एक से होकर गुजरता है।
चक्र से शुरू होकर आधार चक्र पर सर्पिल के साथ समाप्त होता है। हालाँकि, यह भी हो सकता है कुंडलिनी ऊर्जा को बढ़ाने के लिए इसे आधार से ऊपर की ओर खींचा जाना चाहिए।

राकु के साथ ग्राउंडिंग
जैसा कि पहले ही उल्लेख किया जा चुका है, राकु प्रतीक हेमेटाइट के साथ बहुत अच्छी तरह से काम करते हैं।
व्यायाम जरूरत पड़ने पर खुद को शांत करने का एक सरल तरीका प्रदान करता है।

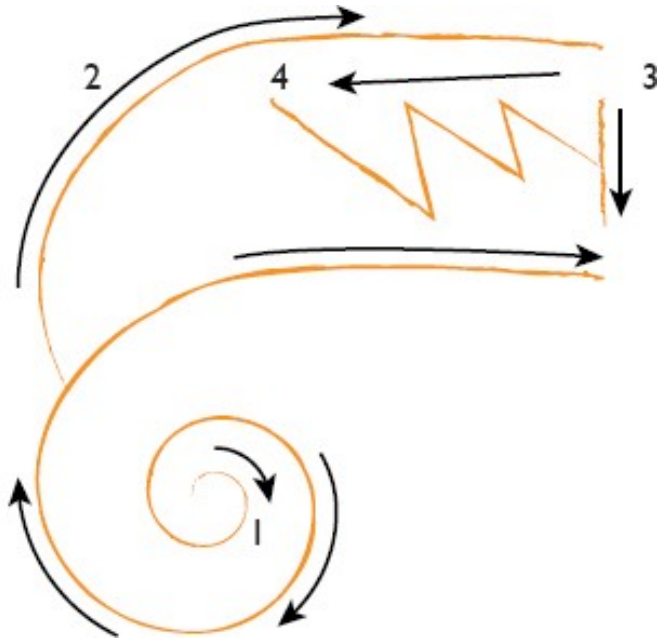
1. लगभग 1-2 इंच (2.5-5 सेमी) आकार के दो हेमेटाइट पत्थर लें, एक को
प्रत्येक हाथ। अपने पैरों को कंधों के नीचे रखते हुए खड़े हों, घुटनों को सीधा रखें।
उन पर से दबाव कम करने के लिए नरम। अपनी आँखें बंद करें और कल्पना करें कि वहाँ एक
अपने दोनों हाथों में लंगर उठाएँ। कल्पना करें कि यह फर्श पर गिर रहा है और आगे बढ़ रहा है।
धरती के भीतर, जमीन में और भी गहराई तक।

2. अब हेमेटाइट पत्थरों से जमीन पर बिजली की दो लकीरें बनाएं।
और अपने पैरों को धीरे-धीरे ज़मीन में धंसते हुए महसूस करें। तीन गहरी, धीमी साँसें लें।

गहरी सांसें लें और अपनी आंखें खोलें।

TIBETAN DAI KO MYO

तिब्बती दाई को म्यो



तिब्बती चित्रकारी दाई को म्यो

दाई को म्यो का यह संस्करण एक मेढ़े के सींग और बिजली का चित्र है।
इसके भीतर बोल्ट ले जाया जा रहा है। तिब्बती दाई को म्यो का उपयोग ऊर्जावान रूप से किया जा सकता है।
किसी भी उपचार या समारोह या अनुष्ठान से पहले स्थान को साफ करें। बिजली
फ्लैश किसी भी प्रकार की नकारात्मक ऊर्जा को दूर करता है। यह शुद्धिकरण प्रक्रिया है।
सामंजस्य और उपचार की शुरुआत में यह महत्वपूर्ण है। इसका उपयोग शुद्धिकरण के लिए किया जा सकता है।
उपचार के दौरान ऊर्जा अवरोधों को दूर करें और कमरे, क्रिस्टल और अपनी इच्छानुसार किसी भी अन्य चीज़ को शुद्ध करें। उपचार में क्रिस्टल के माध्यम से इस प्रतीक को दर्शाना अच्छा रहता है।
ऊर्जा को शुद्ध करने के लिए पर्याप्त जगह।

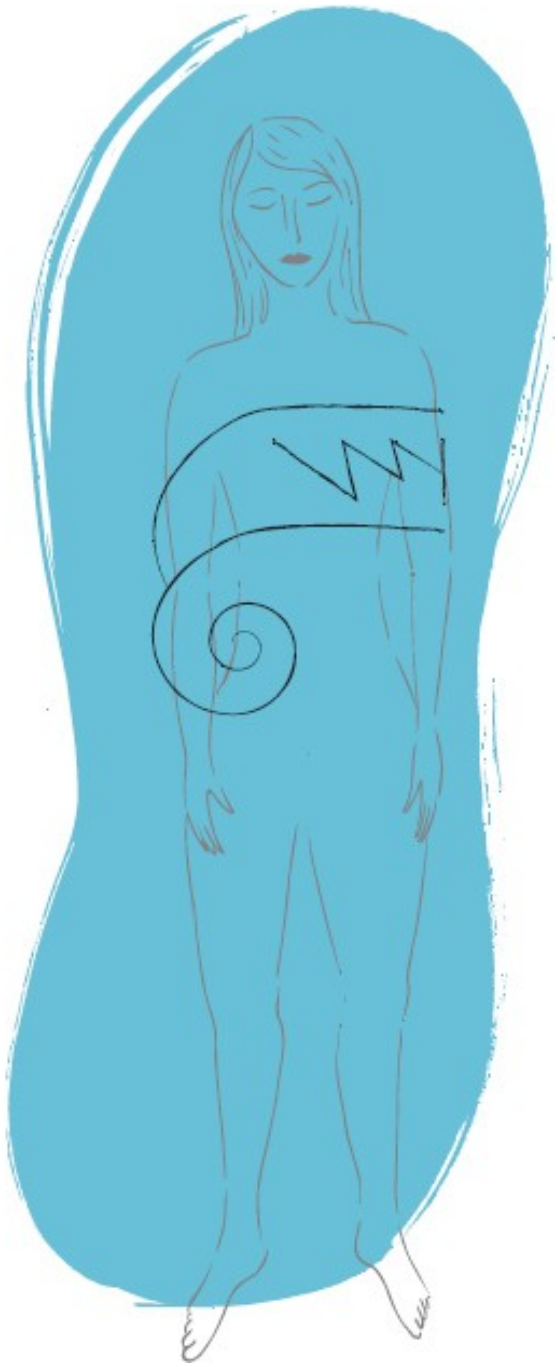
तिब्बती दाई को म्यो का चित्र
यह प्रतीक तीन रेखाओं से बनाया गया है। पहली रेखा को प्रतीक के केंद्र से शुरू करें।
सर्पिलाकार रेखा खींचें और सर्पिलाकार रेखा के अंत तक रेखा खींचें। फिर बाईं ओर बाहरी रेखा खींचें।
एक ऐसा पात्र बनाएं जो भेड़ के सींग जैसा दिखता हो। अंत में, ऊपर से नीचे की ओर रेखा खींचें।
बिजली की एक तीली सींग पर गिर रही है।

तिब्बती दाई के साथ अपनी आभा से हानिकारक ऊर्जा को दूर करें
को मायो
हम हर समय ऊर्जा स्रोतों के साथ संपर्क में रहते हैं। चाहे वे लोग हों या हम

ग्राहकों, दोस्तों, प्रेमियों, कंप्यूटर या सोशल मीडिया पर संपर्कों से मिलें, और वे
ये सभी हमें प्रभावित करते हैं। हम इनकी कुछ ऊर्जा ग्रहण करते हैं। कभी-कभी ऐसा होता है
यह अद्भुत है और हमें एक अद्भुत सकारात्मक अनुभूति देता है। लेकिन कभी-कभी यह
बाह्य ऊर्जा हानिकारक हो सकती है और हमें निराश कर सकती है, इसलिए इसे दूर करना उपयोगी है।
इस अवांछित ऊर्जा के प्रभाव को कम करें। आप इस अभ्यास को जितनी बार चाहें उतनी बार दोहरा सकते हैं।
जैसे दिन के दौरान।

1. अपने सामने हवा में तिब्बती दाई को म्यो बनाएं और उसका नाम जपें।
तीन बार। गहरी सांस लें और उस स्थान पर कदम रखें जहां आप हैं।
प्रतीक बनाया।

2. एक पल के लिए अपनी सांस रोकें, फिर कल्पना करें कि आप कोई भी हवा बाहर निकाल रहे हैं।
आपकी आभा से निकलने वाली ऊर्जा हानिकारक है। ध्यान दें कि आपको कैसा महसूस हो रहा है।



क्रिस्टल पर रेकी कैसे करें

जैसा कि मैंने शुरुआत में कहा था, क्रिस्टल को रेकी पसंद है, और जब आप इसमें रेकी को जोड़ते हैं तो क्रिस्टल की ऊर्जा चमकती है! क्योंकि क्रिस्टल अन्य ऊर्जाओं के प्रति संवेदनशील होते हैं।
वे ऊर्जाओं को बढ़ाते और धारण करते हैं, जिससे रेकी अधिक शक्तिशाली हो जाती है।
पोर्टेबल। इसलिए, क्रिस्टल रेकी हीलिंग में क्रिस्टल के साथ काम करने से पहले,
उपचार करें या किसी मित्र को उपहार के रूप में क्रिस्टल दें, अपने क्रिस्टलों को रेकी करें—यह

यानी, उनमें रेकी शक्ति का संचार करना या उन्हें रेकी शक्ति से भर देना।

किसी क्रिस्टल पर रेकी क्रिया करने के लिए, इन चरणों का पालन करें:

1. रेकी को सक्रिय करें। रेकी ऊर्जा को सक्रिय करने के कई तरीके सिखाए जाते हैं।
और जो भी आपको ठीक लगे, वही ठीक है। मुझे तो बस "रेकी ऑन!" कहना अच्छा लगता है।
पुष्टि। हालाँकि, एक बार जब आप रेकी से जुड़ जाते हैं और आप सोचते भी हैं
उपचार के बारे में, आपकी रेकी ऊर्जा प्रवाहित होगी। अपने क्रिस्टल रेकी मार्गदर्शकों को बुलाएँ।
(पृष्ठ 21 देखें)।

2. अपने चुने हुए क्रिस्टल से जुड़ें: पृष्ठ 47 पर दिए गए चरणों का पालन करें, लेकिन यह
यह क्वार्ट्ज क्रिस्टल होना चाहिए।

3. चुपचाप बैठें और अपने क्रिस्टल को पकड़े रहें, अपने अंदर रेकी ऊर्जा प्रवाहित होने दें जब तक कि...
क्रिस्टल में रेकी ऊर्जा का संचार महसूस करें—इसमें आमतौर पर कुछ मिनट लगते हैं। यदि आप
यदि आपको यकीन नहीं है कि आपका क्रिस्टल भरा हुआ है या नहीं, तो आप अपने पेंडुलम से पूछ सकते हैं। पुष्टि (पृष्ठ 42-43 देखें)।

4. आपका क्रिस्टल रेकी के लिए तैयार है। अपने मार्गदर्शकों को धन्यवाद दें।

रेकी विधि से क्रिस्टल को प्रोग्राम करना
क्रिस्टल ऊर्जा को धारण कर सकते हैं, इसलिए उन्हें विशिष्ट कार्यों के लिए प्रोग्राम भी किया जा सकता है।
उद्देश्यों के लिए। और चूंकि इन्हें लंबे समय तक रेकी से चार्ज किया जा सकता है।
समय के साथ, आप किसी के लिए पोर्टेबल और टिकाऊ रेकी उपचार तैयार कर सकते हैं।
भले ही वे स्वयं रेकी से परिचित न हों। आप किसी जरूरतमंद मित्र या रिश्तेदार को रेकी से युक्त क्रिस्टल भेज सकते हैं या ग्राहक क्रिस्टल अपने साथ रख सकते हैं।
उपचार सत्रों के बीच स्फूर्ति पाने के लिए रेकी से ऊर्जा प्राप्त की गई।

1. आप क्या हासिल करना चाहते हैं? इससे पहले तय करें कि आप क्या परिणाम चाहते हैं।
आप शुरू करते हैं। यह किसी विशिष्ट चीज को ठीक करने के लिए हो सकता है, जैसे कि शरीर का कोई अंग।
या किसी चिकित्सीय स्थिति के लिए, या सामान्य स्वास्थ्य के लिए। जैसा कि आप बाद में देखेंगे, यह यह आपको जीवन के किसी लक्ष्य या आध्यात्मिक उद्देश्य की ओर बढ़ने में मदद करने के लिए भी हो सकता है।
या फिर आसानी से पार्किंग ढूंढकर अपनी जिंदगी को थोड़ा आसान बनाने के लिए।
सुपरमार्केट में जगह। जो भी हो, इससे यह प्रभावित होगा कि आप कौन सा क्रिस्टल चुनते हैं।
वे जानबूझकर या अनजाने में आपकी मदद करने का विकल्प चुन सकते हैं।

2. रेकी को चालू करें और अपने क्रिस्टल से जुड़ें (पृष्ठ 38 पर चरण 1 और 2 देखें)।

3. जब आप शांति से बैठे हों और अपने क्रिस्टल को पकड़े हुए हों, और अपने अंदर रेकी ऊर्जा का प्रवाह महसूस कर रहे हों, तो पूछें
अपने मन में सोचें कि आप क्रिस्टल से क्या सहायता चाहते हैं, और अपनी इच्छा व्यक्त करें। ब्रह्मांड से निवेदन करें। जो भी हो, उसे अपने मन में इस प्रकार कल्पना करें।
पूरा हो गया। उदाहरण के लिए, यदि इसका उद्देश्य रिकवरी में तेजी लाना है, तो स्वयं (या अपने) की कल्पना करें।
ग्राहक, मित्र या रिश्तेदार) पूरी तरह से ठीक हो गए हैं और स्वस्थ हो गए हैं। (यदि आप हैं)
यदि आप रेकी लेवल 2 या उससे ऊपर के स्तर से अभ्यस्त हैं, तो आप उपयुक्त चीजें भी जोड़ सकते हैं।
इस प्रोग्रामिंग में हमेशा Hon Sha Ze Sho Nen को शामिल करें।
क्रिस्टल को प्रोग्राम करते समय समय और दूरी की बाधाओं को पार करना; यह आप पर निर्भर है।
यह तय करें कि कौन से अन्य प्रतीक सबसे उपयुक्त हैं।

4. आपकी मदद करने के लिए अपने क्रिस्टल और साथ ही अपने क्रिस्टल रेकी गाइडों को धन्यवाद दें।
आपने जिन अन्य आत्माओं या स्वर्गदूतों का आह्वान किया है।

5. क्रिस्टल को किसी ऐसी जगह पर रखें जहाँ उसे कोई परेशान न करे ताकि वह अपना काम जारी रख सके।
क्रिस्टल मैजिक का इस्तेमाल करें या इसे अपने ग्राहक या मित्र को उपहार में दें।

इस प्रक्रिया को तब तक प्रतिदिन दोहराएं जब तक कि मनचाहा परिणाम प्राप्त न हो जाए। कुछ चीजें हो जाती हैं।
कुछ जल्दी, कुछ धीरे-धीरे। जब वांछित परिणाम प्राप्त हो जाए, तो आप इसे साफ कर सकते हैं।
क्रिस्टल का उपयोग करें और किसी अन्य कार्य के लिए फिर से इसका उपयोग करें। आपको शायद पता चले कि कुछ
क्रिस्टल उपचार में सहायता करना पसंद करते हैं, जबकि अन्य आपकी मदद करना पसंद कर सकते हैं।
जीवनशैली। कुछ क्रिस्टल बहुत विशिष्ट होते हैं, कुछ हद तक मस्तिष्क सर्जन की तरह:
वे अपने काम में माहिर होते हैं, लेकिन उनसे नल में वॉशर बदलने के लिए मत कहिए। कुछ अन्य लोग बहुमुखी प्रतिभा के धनी होते हैं और अपने अणुओं को कई कामों में लगा सकते हैं।
बुहत बात।

अध्याय दो

क्रिस्टल रेकी की तैयारी
उपचारात्मक
जानें कि आप स्वयं को और अपने परिवार को कैसे लाभ पहुंचा सकते हैं। ऐसा वातावरण जो आपके और आपके दोनों के उपचार के लिए तैयार हो अन्य बातों में, आपके क्रिस्टल चुनने के तरीके भी शामिल हैं। उपचार करने से पहले किन बातों पर विचार करना चाहिए,
और खुद को मानसिक रूप से तैयार करने की तकनीकें।

क्रिस्टल का चयन करना

आप कई कारणों से क्रिस्टल का चयन करना चाह सकते हैं: उनके साथ काम करने के लिए
क्रिस्टल रेकी उपचार, आत्म-उपचार, प्रेरणा या उत्पादकता के लिए।
समस्याओं में मदद पाने के लिए, या आपके जीवन में प्यार और खुशी लाने के लिए। आप ऐसा कर सकते हैं। उपयुक्त किस्म का क्रिस्टल चुनने में आपकी सहायता के लिए इन तरीकों का उपयोग करें, जैसे कि...
नीलम या माणिक, या एक ही प्रकार के समूह को सुनने में आपकी मदद करने के लिए
यह देखने के लिए क्रिस्टल का उपयोग करें कि कौन सा व्यक्ति आपकी मदद करना चाहता है। किसी भी तरह, एक बार
आप क्रिस्टल फाइंडर (पृष्ठ 105 देखें) में इसे खोजकर इसका विवरण देख सकते हैं।
संगठनों और उनके साथ बेहतर तरीके से काम करने के तरीके।

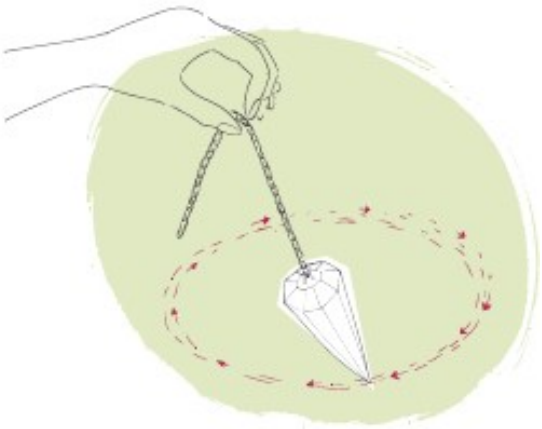
क्रिस्टल का सहज चयन
क्रिस्टल के बारे में एक पुरानी कहावत है: "अगर आप किसी क्रिस्टल की ओर आकर्षित होते हैं, तो आपको उसकी जरूरत है!"
कुल मिलाकर यह बात सच है। हम सभी सहज ज्ञान से युक्त होते हैं और स्वाभाविक रूप से जानते हैं कि हमें क्या करना है।
आवश्यकता है। मैं शब्दों को थोड़ा सा बदलना चाहूंगा: "यदि आपको कोई क्रिस्टल दिखाई दे, तो आप
इसकी जरूरत है।" कमरे में लहराते और आकर्षित करते हुए चमकते हुए तो बस यही नहीं।
आप उनके लिए भी हैं, लेकिन उनके लिए भी जिन्हें आप पसंद नहीं करते। वे लोग जिनके साथ आप संबंध नहीं बना सकते।
इन्हें छूना, देखना या इनके आस-पास जाना भी ठीक नहीं है। ये वो चीजें हैं जिनसे आप बीमार हो जाते हैं।
सहज, घबराया हुआ और मतली महसूस हो रही है। ऐसे क्रिस्टल से निकलने वाली ऊर्जा शरीर पर असर डाल रही है।
आपके भीतर गहराई में छिपी किसी ऐसी चीज को छूना जिसे आप स्वीकार नहीं करना चाहते।
इससे आपको असहज महसूस होगा। हालाँकि, इस क्रिस्टल को चुनें और यह आपको
यह आपको भावनात्मक और शारीरिक रूप से जो भी चीज़ें आपको नीचे खींच रही हैं, उनसे छुटकारा दिलाने में मदद करेगा।
मानसिक या आध्यात्मिक रूप से। ये वे क्रिस्टल हैं जो जीवन में परिवर्तन लाते हैं।
ऊर्जा में बदलाव आते रहते हैं। यात्रा हमेशा सुखद नहीं हो सकती, लेकिन मंज़िल तक पहुँचना सार्थक है।
ऐसी असुविधाएँ ज़्यादा देर तक नहीं टिकतीं। शायद कुछ घंटे, एक-दो दिन या कुछ दिन।
ज़्यादा से ज़्यादा एक या दो सप्ताह। मुख्य बात यह है कि एक बार शुरू करने के बाद इसे जारी रखना है।
प्रतिदिन क्रिस्टल रेकी हीलिंग सेल्फ-ट्रीटमेंट (पृष्ठ 68 देखें) करने से लाभ होगा।
इस प्रक्रिया को तेज करने के लिए।

लैपिस लाजुली के दो अलग-अलग क्रिस्टल

क्रिस्टल पेंडुलम के साथ काम करना
क्रिस्टल पेंडुलम आपकी सहज बुद्धि को बढ़ाने में एक उत्कृष्ट उपकरण हो सकता है।
अपनी क्षमताओं का विकास करें और आत्मविश्वास हासिल करें, और यह एक मूल्यवान उपकरण है।
आपकी क्रिस्टल रेकी हीलिंग यात्रा। यह आपको अपने अनुभव को महसूस करने और "देखने" में मदद कर सकता है।
आंतरिक दृष्टि। आपका पेंडुलम आपकी आंतरिक भावनाओं का प्रतिबिंब प्रस्तुत करता है। हम सभी
अपने अंदर एक आंतरिक पेंडुलम की तरह महसूस करें। कुछ लोग इसे अंतर्ज्ञान, सहज ज्ञान या आंतरिक चेतना कहते हैं।
जानना। यह आपके अंदर का वह हिस्सा है जो दिन भर हर बात पर "हाँ" या "ना" कहता है।
लंबा, हर पल। यह आपके त्रिकास्थि चक्र में स्थित है (पृष्ठ 19 देखें) और इसमें
दो अलग-अलग प्रतिक्रियाएँ। हर किसी ने इनका अनुभव किया है, लेकिन हम अक्सर केवल
इन्हें चरम स्थितियों में देखें। एक है पेट में अजीब सी बेचैनी महसूस होना।
ऐसा लगता है जैसे यह आपके पैरों पर गिर रहा हो। यही वह क्षण है जब आप कहते हैं, "मुझे यहाँ से निकालो!" या "मैं..."
मुझे बहुत डर लग रहा है, मैं अभी यहाँ से निकलना चाहती हूँ!” वाली भावना। और हम सभी उस “हाँ” को जानते हैं।
वह भावना भी—अंदरूनी उत्साह, "वाह! यह अद्भुत है!" या "प्यार—"
सच्चा, वास्तविक प्रेम। यह वो एहसास है जो आपके सीने में, आपके दिल में उमड़ता है।
अपनी नाभि से।

एक पेंडुलम अलग-अलग दिशाओं में गति करता है, लेकिन प्रत्येक व्यक्ति के लिए यह हमेशा एक ही दिशा में गति करता है।
“हाँ” कहने के लिए एक ही तरह से हिलते हैं और “ना” कहने के लिए अलग तरह से। जब आप
अपने सामने घूमते हुए पेंडुलम को देखें, यह आपकी आंतरिक भावनाओं को प्रतिबिंबित कर रहा है।
और आप अपने भीतर के उस पेंडुलम से जुड़ना शुरू कर सकते हैं जो ऊपर की ओर गति कर रहा है।
अपने भीतर। इस तरह पेंडुलम के साथ काम करने को डॉविंग के नाम से जाना जाता है।
और यह भविष्यवाणी के सबसे प्राचीन रूपों में से एक है।

पेंडुलम का चयन करना
एक पेंडुलम चुनें, उसे अपने हाथों में पकड़ें और अपनी रेकी ऊर्जा को प्रवाहित होने दें।
इसमें। (यदि आप रेकी लेवल 2 पर हैं, तो आप होन शा ज़े शो की कल्पना भी कर सकते हैं।)
नेन (पृष्ठ 29 देखें), "दूरी" का प्रतीक, रेकी ऊर्जा को जोड़ने के लिए।
अपने क्रिस्टल को समय और स्थान में रखकर अपने आवश्यक उत्तर देखें।) फिर उसे पकड़ें
पेंडुलम की चेन को पकड़ें और उससे दो सरल प्रश्न पूछें जिनका निश्चित उत्तर हो।
उदाहरण के लिए, “क्या मैं एक महिला हूँ?” जैसे सवालों के जवाब दें—और जब आप यह सवाल पूछते हैं तो आपका
पेंडुलम हिलेगा। शायद आगे-पीछे, अगल-बगल, या दक्षिणावर्त दिशा में।
घड़ी की विपरीत दिशा में घूमने वाले वृत्त। यह जो भी करेगा, वही आपके "हां" या "ना" को दर्शाएगा।
अब इसके विपरीत प्रश्न पूछें—इस मामले में, "क्या मैं एक पुरुष हूँ?"—और अवलोकन करें।
आपका पेंडुलम अलग तरह से हिलता है। यह पेंडुलम आपको दिखा रहा है।
इसका विपरीत उत्तर। अब जब आपको अपने हां और ना के जवाब पता हैं, तो आप पूछ सकते हैं।
आपका पेंडुलम, "क्या आप मेरे साथ काम करने के लिए एक अच्छा पेंडुलम हैं?" अगर यह कहता है
“नहीं,” तो उसे वापस रख दें और दूसरा प्रयास करें! जब वह “हाँ” कहे, तो समझ लीजिए कि वह आपका दोस्त है!
जीवन के लिए।



आपका पेंडुलम कैसे मदद करता है

मैंने हमेशा पेंडुलम के साथ काम किया है, और क्रिस्टल कला की शुरुआत में इस पर बहुत भरोसा किया है।
उपचार के दौरान, और अब भी कभी-कभी पुष्टि या उपचार के लिए इस पर निर्भर रहना पड़ता है।
स्पष्टीकरण। उदाहरण के लिए, कभी-कभी मुझे पता होता है कि किसी ग्राहक को किसी विशेष चीज़ की आवश्यकता है।
यह क्रिस्टल जैसा लग रहा है क्योंकि यह चमक रहा है और मेरी ओर लहरा रहा है, लेकिन मुझे इसका कोई अंदाजा नहीं है।
जहां इसे उनके शरीर पर जाना चाहिए! पेंडुलम हमेशा काम करता है। मेरे पास है
तीन पेंडुलम: एक लैपिस लाजुली से बना है जिसका उपयोग उपचार के लिए किया जाता है, दूसरा
शिक्षण के लिए एमेथिस्ट से लेकर व्यक्तिगत उपयोग के लिए प्राकृतिक सिट्रीन तक।
प्रश्न।

आपका पेंडुलम एक शक्तिशाली उपकरण है। हर बार जब आप इससे कोई प्रश्न पूछते हैं, तो यह
अपने अंतर्मन को प्रतिबिंबित करना। आपको पहले से ही उत्तर पता है। आपका पेंडुलम है
आपको अपने अंतर्मन से जुड़ना सिखाने में मदद करना—या, और भी बहुत कुछ
आपको याद दिला दूं, क्योंकि बचपन में आपके माता-पिता ने आपको शायद यही बताया होगा,
शिक्षकों और आम तौर पर समाज द्वारा इसे नजरअंदाज किया जाता रहा है। अब याद करने का समय है।
और हम सभी के भीतर मौजूद सहज ज्ञान और बुद्धिमत्ता का उपयोग करें।

यदि आप अपने पेंडुलम को एक आध्यात्मिक उपकरण के रूप में मानते हैं, तो यह हमेशा आपको सही दिशा दिखाएगा।
जवाब दें (चाहे आपको पसंद हो या न हो!)। अगर आप इसे खेल की तरह लेंगे, तो यह भी आपके साथ वैसा ही व्यवहार करेगा।
आप भी उसी तरह से। और अगर आप बार-बार वही सवाल पूछते रहेंगे, तो बात बिगड़ जाएगी।
ऊब जाते हैं और आपको अलग-अलग जवाब देने लगते हैं। और पेंडुलम हमेशा जवाब देते हैं।
वे वर्तमान क्षण की बात करते हैं। वे भविष्य की भविष्यवाणी नहीं करते। इसलिए, यदि आप पूछते हैं, "क्या मुझे मिलेगा?"
क्या आप अगले साल 20 दोस्तों के साथ रियूनियन डिनर के लिए इकट्ठा होंगे? आपका पेंडुलम जो जवाब देगा, वह अगले साल क्या होगा इसकी भविष्यवाणी नहीं होगी, बल्कि एक
आप और आपके 20 मित्र अगले वर्ष क्या करने की योजना बना रहे हैं, इसकी रिपोर्ट प्रस्तुत करें।

जैसे-जैसे आप अपनी रेकी यात्रा जारी रखते हैं और उच्च स्तरों के साथ तालमेल बिठाते हैं, वैसे-वैसे यह जान लें कि सामंजस्य प्रक्रिया आपकी ऊर्जा और कंपन को बदल देती है, इसलिए
परिणामस्वरूप, "हां" और "ना" प्रतिक्रियाओं के लिए आपका पेंडुलम अलग-अलग तरह से झूलेगा।
अपने हां और ना वाले भावों को समय-समय पर, और विशेष रूप से उस दौरान, दोबारा जांच लें।
किसी भी रेकी अट्यूनमेंट के बाद 21 दिनों की अवधि।

अपने पेंडुलम को आध्यात्मिक वस्तु की तरह मानना

औजार

कुछ समय बाद जब मैंने क्रिस्टल हीलर के रूप में काम करना शुरू किया, उसके कुछ ही समय बाद।
1990 के दशक में, एक अखबार की पत्रकार ने मेरा साक्षात्कार लिया और वह वास्तव में
उन्हें पेंडुलम से इतना लगाव था कि उन्होंने अपने लिए एक पेंडुलम खरीद लिया।

अगले दिन उसने मुझे रोते हुए फोन किया। उसने मुझे बताया कि जब वह गई थी
उस सुबह काम पर आते समय, वह अपना पेंडुलम लेकर आई और उसका प्रदर्शन करने लगी।
इसने ऑफिस में सभी को अपनी जादुई शक्तियों से प्रभावित कर दिया। फिर किसी ने सुझाव दिया उन्हें घुड़दौड़ पर दांव लगाना चाहिए। हर कोई एक-एक डॉलर एक बर्तन में डाले।
पेंडुलम से पूछा गया कि कौन सा घोड़ा जीतेगा और उसने उन्हें एक घोड़े की ओर निर्देशित किया।
दिन की पहली दौड़ में एक घोड़ा था। उन्होंने शर्त लगाई। घोड़ा जीत गया!
“वाह! चलो इसे फिर से करते हैं!” उन्होंने कहा। अब, इस बार ऑफिस में सभी लोग।
उसने पॉट में 50 डॉलर डाले। जैसे ही उसका पेंडुलम उठा, कमरा एकदम शांत हो गया।
एक और घोड़ा... लेकिन इस बार, वह हार गया। तो फिर उसके सहकर्मी...
आगबबूला!

मैंने समझाया कि पहली बार पैसों की रकम वास्तव में
यह सबके लिए महत्वहीन था और पेंडुलम ने इस अभ्यास को एक
इसे कारगर साबित करने का एक वैध तरीका। एक आध्यात्मिक खोज। दूसरी बार था
यह सरासर लालच था, आध्यात्मिकता बिल्कुल नहीं, इसलिए पेंडुलम ने उनके साथ ऐसा व्यवहार किया।
और उन्होंने एक खेल खेला। हा हा हा, बहुत मज़ेदार—लेकिन उनके लिए नहीं।
मैंने उससे कहा कि वह ऑफिस में सभी से कहे कि वे सब मिलकर 50 डॉलर और डालें।
लेकिन इस बार उन्हें एक ऐसे दान संगठन पर सहमत होना था जिसे वे अपना सारा धन दान कर देंगे।
पेंडुलम से चुनाव करने के लिए कहने से पहले जीत की राशि और दांव की राशि के बारे में पूछें।
एक और विजेता। उसने आखिरी दौर में अपने पेंडुलम से धावकों पर पानी की बौछार कर दी।
आज की रेस में मैंने एक घोड़ा चुना… और वह जीत गया।

इस (सच्ची) कहानी से यह सीख मिलती है कि अपने पेंडुलम का सम्मानपूर्वक ध्यान रखें।
और यह हमेशा आपका सही मार्गदर्शन करेगा; इसे एक खेल की तरह समझें और यह आपके साथ वैसा ही व्यवहार करेगा।
उसी तरह।

रेकी विधि द्वारा पेंडुलम डॉविंग
अब जब आपने अपने पेंडुलम को समझ लिया है, तो इस अभ्यास को करके देखें कि...
क्रिस्टल और रेकी ऊर्जा का अतिरिक्त प्रभाव।

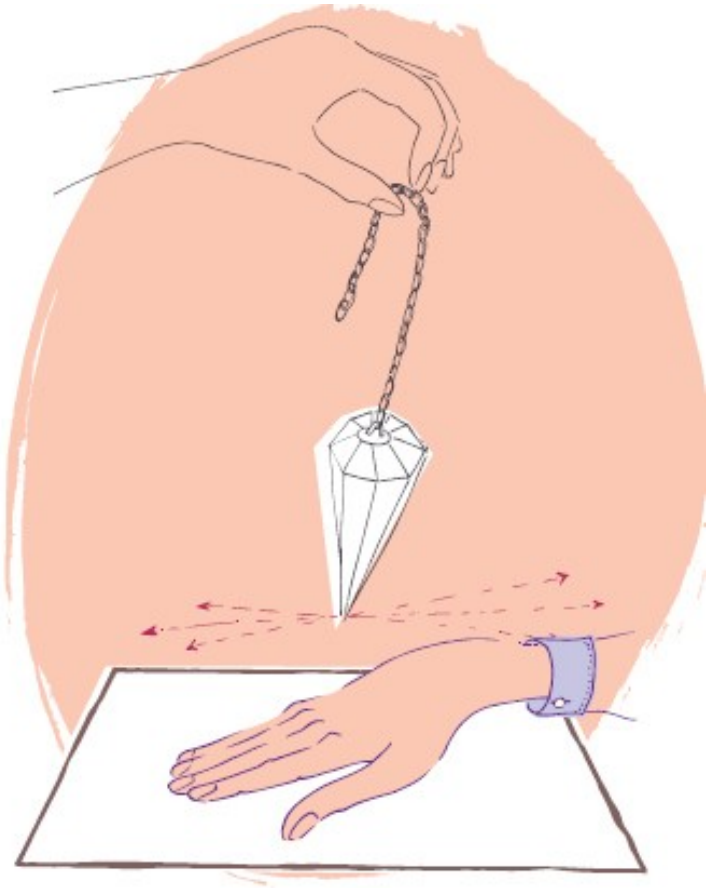
1. अपनी हथेली को नीचे की ओर करके एक बड़े कागज़ पर रखें।
पेंडुलम को अपनी उंगलियों के सिरों से लगभग एक या दो इंच (2.5-5 सेमी) ऊपर रखें।
और पूछें, "क्या आप मेरी आभा में हैं?" यह आपको "हाँ" का संकेत देगा। इसे पकड़े रहें।
अपने मन में प्रश्न उठाएं और धीरे-धीरे अपने पेंडुलम को अपने से दूर ले जाएं।
जब तक हाथ की दिशा बदलकर "नहीं" का जवाब न दे, तब तक हाथ को घुमाएँ। इस जगह को चिह्नित करें।

पेंसिल के साथ कागज।

2. अपनी हथेली के नीचे एक क्वार्ट्ज क्रिस्टल रखें और इसे दोहराएं।
अभ्यास। आप पाएंगे कि सकारात्मक प्रतिक्रिया आगे भी जारी रहती है।
आपका हाथ, यह दर्शाता है कि आपकी आभा लगभग तुरंत ही बड़ी हो गई है।
(शायद आपके कागज के टुकड़े से परे)।

3. क्रिस्टल को अपने हाथ के नीचे रखकर इसे फिर से दोहराएं, लेकिन इस बार अपने हाथ को थोड़ा ढीला छोड़ दें।
आपके हाथों से रेकी ऊर्जा प्रवाहित होगी। (यदि आप रेकी के किसी विशेष स्तर से अभ्यस्त हैं)
2 या उससे अधिक स्तर पर आप अपनी हथेली में रेकी प्रतीकों की कल्पना कर सकते हैं।
(साथ ही।) फिर से, आप पाएंगे कि आपकी आभा और भी अधिक विस्तृत हो गई है।

यह अभ्यास आप अपने साथी या मित्र के साथ मिलकर मज़ेदार तरीके से कर सकते हैं। पेंडुलम को पकड़ें।
उनके दिल को पकड़ें और उसे उनके सामने से तब तक दूर ले जाएं जब तक कि उसकी प्रतिक्रिया बदल न जाए।
फिर उनके साथ भी ऐसा ही करें, वे अपने दिल पर क्वार्ट्ज क्रिस्टल रखे रहें।
फिर एक बार फिर, उन्हें क्रिस्टल पकड़े हुए, साथ ही रेकी भी जोड़नी होगी। यदि वे रेकी के प्रति सजग हैं, तो वे इसे अपने भीतर प्रवाहित होने दे सकते हैं या इसकी कल्पना कर सकते हैं।
प्रतीक। यदि वे अनुकूलित नहीं हैं, तो आप उन्हें रेकी भेज सकते हैं - यह बिल्कुल वैसे ही काम करता है।
ठीक है। सुनिश्चित करें कि उनके सामने पर्याप्त जगह हो क्योंकि रेकी फैल सकती है।
आभा में नाटकीय बदलाव!



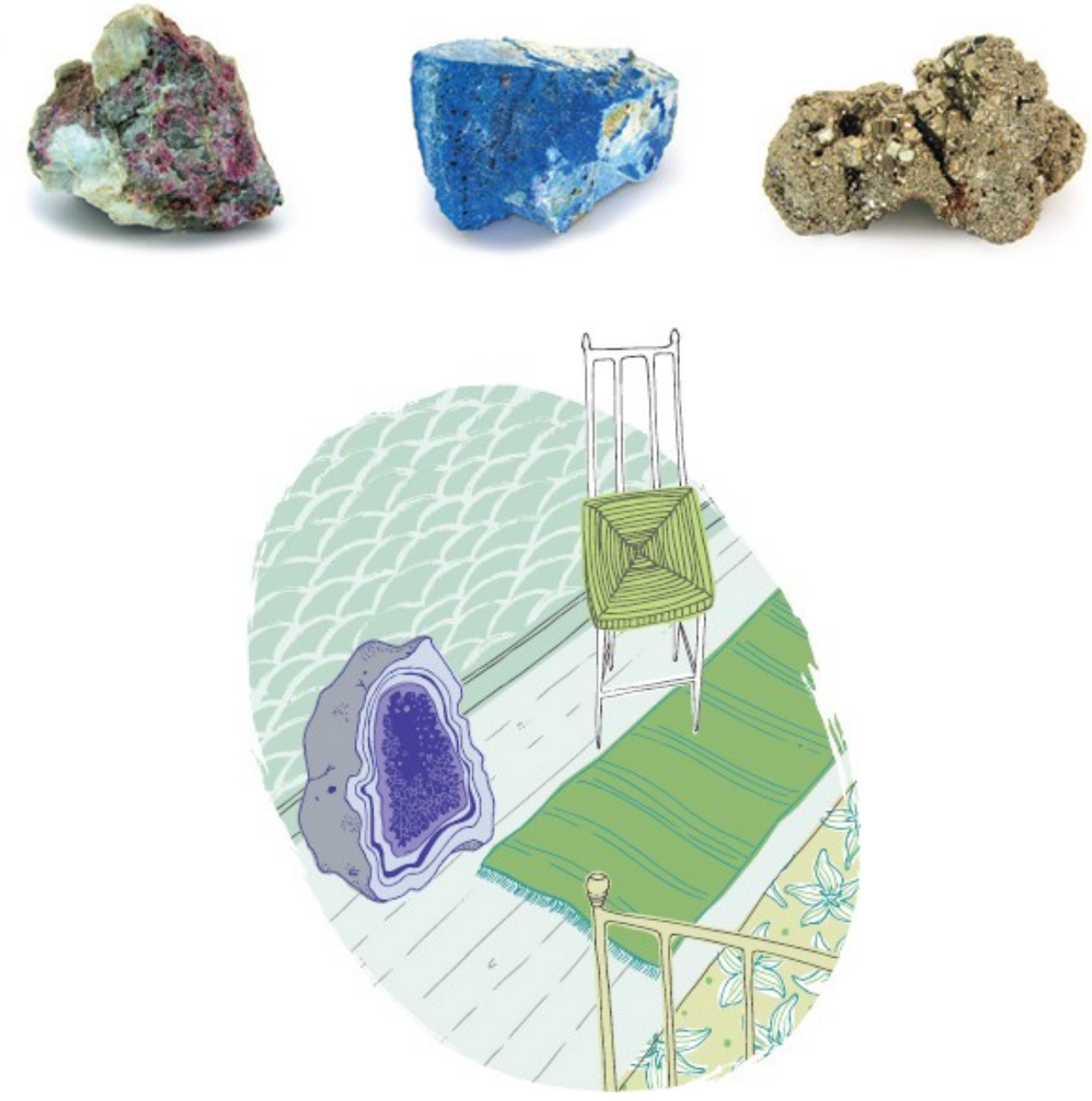
रेकी विधि से क्रिस्टल का चयन करना
एक बार जब आप रेकी से जुड़ जाते हैं, तो यह आपकी अंतर्ज्ञान शक्ति को सक्रिय कर देगा और इसे केंद्रित किया जा सकता है।
यदि आप चाहें तो पेंडुलम का उपयोग करने के बजाय क्रिस्टल चुनने में आपकी मदद करने के लिए।

1. अपने सामने मेज पर कुछ क्रिस्टल रखें। ऐसा करना सबसे आसान होगा यदि वे
शुरुआत में ये एक सीधी रेखा में होते हैं, लेकिन एक बार जब आपको इसकी आदत हो जाती है
वे बेतरतीब ढंग से ढेर में, कटोरे में, या कहीं भी हो सकते हैं जहाँ आप पहुँच सकते हैं।

2. कुछ देर शांत रहकर अपना ध्यान केंद्रित करें। अपने हाथों को गस्शो मुद्रा में रखें (देखें पृष्ठ 58), अपनी मध्य उंगलियों के मिलने वाले स्थान पर ध्यान केंद्रित करें, और अपनी रेकी का स्वागत करें।
गाइड देखें (पृष्ठ 21)। आप चाहें तो जानबूझकर सोच या कह सकते हैं, "रेकी"
पर।"
3. अपने दोनों हाथों में से किसी एक या दोनों को 5 सेमी ऊपर रखें।
क्रिस्टलों की एक पंक्ति, प्रत्येक क्रिस्टल पर धीरे-धीरे दाएं से बाएं ओर बढ़ते हुए। सावधान रहें कोई भी परिवर्तन। यह सामान्य है कि आपके क्रिस्टलों में से एक (या अधिक) से ऊपर
हाथों के तापमान में बदलाव होगा, वे गर्म या ठंडे हो सकते हैं, इसलिए

ये वो क्रिस्टल हैं जिन्हें आपको चुनना है। आप क्रिस्टलों की ऊर्जा को महसूस कर रहे हैं।
और आपके रेकी हाथ उन हाथों पर प्रतिक्रिया कर रहे हैं जिनकी आपको आवश्यकता है।

आप इस विधि का उपयोग अपने लिए, परिवार, दोस्तों और अन्य लोगों के लिए क्रिस्टल चुनने के लिए कर सकते हैं।
ग्राहकों के लिए। दूरस्थ उपचार भेजने के लिए क्रिस्टल चुनने में भी यह अच्छी तरह काम करता है (देखें
पृष्ठ 93)।



एक पवित्र क्रिस्टल रेकी का निर्माण करना

उपचार स्थल

यह महत्वपूर्ण है कि आपका उपचार कक्ष आपके और आपके परिवार के लिए एक पवित्र स्थान हो।
आप वहां किसी और का भी इलाज कर सकते हैं। आपको अपने खास स्थान का आनंद लेना चाहिए।
वह स्थान और उसमें उत्पन्न होने वाली ऊर्जा। जब भी समय मिले, वहां कुछ समय बिताएं।
आप उपचार नहीं कर रहे हैं। ध्यान करें (पृष्ठ 58 देखें) और सामान्य रूप से आनंद लें।
आपके कमरे में आपने जो ऊर्जा उत्पन्न की है। आदर्श रूप से यह सुरक्षित होनी चाहिए।
व्यवहारिक रूप से और भावना में—स्वच्छ और साफ कमरा जिसका उपयोग केवल इसके लिए किया जाता है उपचार (या उपचार/शिक्षण प्रकार की घटनाएँ)। यह हमेशा संभव नहीं होता, लेकिन
यदि कमरे में कई चीजें हों तो कमरे को शुद्ध करने और समर्पित करने की रस्म उपयोगी होगी।
उपयोग (पृष्ठ 52 देखें)।

एक साफ कमरा
यह एक बिल्कुल स्पष्ट और आश्चर्यजनक रूप से अनदेखी की गई बात है। कुछ लोग
वे हर चीज को ऊर्जावान रूप से शुद्ध करने में इतने मशगूल रहते हैं कि वे भूल जाते हैं कि
बुनियादी बातें: फर्श को वैक्यूम या झाड़ू से साफ करें, हर सतह से धूल झाड़ें और एक पंख वाला कपड़ा लें।
कोनों में धूल झाड़ें। अपनी चटाई या थेरेपी बेड को साफ करें और सुनिश्चित करें कि आप
साफ-सुथरे कवर ले लें। फिर फर्श पर बिछी चटाई या थेरेपी काउच पर लेट जाएं।
और ऊपर देखो। अब इन जालों को भी हटा दो!

ऊर्जावान सफाई
एक बार कमरा साफ हो जाने के बाद, आप उस जगह की सफाई पर ध्यान देना शुरू कर सकते हैं।
ऊर्जा के लिहाज़ से। मुझे अपने उपचार कक्ष को शुद्ध करने के लिए टिंग्शा (तिब्बती घंटियाँ) का उपयोग करना बहुत पसंद है।
या कोई भी अन्य स्थान, क्रिस्टल, मैं स्वयं—मूल रूप से, कुछ भी और सब कुछ! अंगूठी
उन्हें कमरे के बीच में और फिर कमरे के किनारों पर रखें।
कोनों पर विशेष ध्यान दें और साथ ही अपने क्रिस्टल, मैट या थेरेपी बेड पर भी। जब आप उन्हें आपस में टकराते हैं, तो ध्वनि तरंगें उत्पन्न होती हैं।
उत्पन्न करना, शाब्दिक रूप से, वस्तु के अणुओं को कंपन और हिलाना है।
शुद्धि, जो किसी भी फंसी हुई ऊर्जा को मुक्त करती है। घंटियाँ शुरुआत का प्रतीक हैं और
अंत; उदाहरण के लिए, जन्म, विवाह और मृत्यु, इन सभी का संकेत घंटी बजाकर दिया जाता है।
वे लोगों को रात्रिभोज या चर्च सेवा जैसे कार्यक्रमों में आमंत्रित करते हैं, वे
वे हमें दरवाजे पर किसी के होने की सूचना देते हैं और हमें खतरे से आगाह करते हैं।
तिब्बती बौद्ध मान्यता के अनुसार, घंटियाँ बजाना बुद्ध के प्रति प्रेम दर्शाता है और इससे मन को शांति मिलती है।
अच्छा कर्म।

जब मुझे बहुत सारे क्रिस्टल या किसी बड़ी जगह, जैसे कि किसी अन्य स्थान को शुद्ध करने की आवश्यकता होती है

मैं एक क्लास या वर्कशॉप पढ़ा रहा हूँ, मैं क्रिस्टल सिंगिंग बाउल के साथ काम करूँगा।
उस स्थान और उसमें मौजूद हर चीज को शुद्ध करें। क्रिस्टल सिंगिंग बाउल्स क्रिस्टल से बने होते हैं।
क्वार्ट्ज क्रिस्टल को अक्सर एक विशिष्ट स्वर पर ट्यून किया जाता है जो एक ध्वनि के साथ प्रतिध्वनित होता है।
विशेष चक्र। ये बहुत शक्तिशाली उपचार उपकरण हो सकते हैं।
यह एक शुद्ध, अनुनादी ध्वनि उत्पन्न करता है, जो सफाई और आराम के लिए एकदम सही है।
ध्यान और उपचार। आप क्रिस्टल सिंगिंग बाउल को घंटा की तरह बजा सकते हैं, या
इसे एक स्थिर ध्वनि प्रदान करने के लिए उपयोग करें। आप घंटियों, गोंग, तिब्बती गायन का भी उपयोग कर सकते हैं।
ऊर्जा को शुद्ध करने के लिए कटोरे, घंटियाँ और ढोल का उपयोग किया जाता है।

एमेथिस्ट, क्वार्ट्ज और सेलेनाइट जैसे क्रिस्टल ऊर्जा को बनाए रखने में मदद कर सकते हैं।
तरोताज़ा महसूस करें। इन क्रिस्टलों के बड़े टुकड़ों को जहाँ भी संभव हो, रखें, विशेषकर पास में।
आपके कार्यशील क्रिस्टल, थेरेपी बेड के नीचे, और किसी भी बैठने की जगह पर जहाँ
आप जिन लोगों का इलाज कर रहे हैं, उनसे जानकारी प्राप्त करते हैं।

तिब्बती दाई को म्यो (पृष्ठ 36 देखें) का उपयोग ऊर्जावान रूप से किसी स्थान को शुद्ध करने के लिए किया जा सकता है।
किसी उपचार या किसी समारोह या अनुष्ठान से पहले।

[redacted]

[redacted]

[redacted]

[

जब दूसरे लोग आपके उपचार कक्ष में आते हैं, तो उन्हें अद्भुत अनुभव हो सकते हैं।
कमरे में कदम रखते ही चिकित्सीय अनुभव प्राप्त हो जाते हैं। याद रखें कि
क्रिस्टल को नियमित रूप से साफ करें, यहां तक कि उन क्रिस्टल को भी जिन्हें आपने स्थापित किया है।
स्थायी रूप से।

आपको अपने लिए सबसे उपयुक्त क्रिस्टल मिल जाएंगे, लेकिन यहां कुछ क्रिस्टलों का संक्षिप्त परिचय दिया गया है।
मेरे उपचार कक्ष में मौजूद कुछ क्रिस्टलों के उदाहरण मैं आपको दिखा रही हूँ।
मुझे इनके साथ काम करना सबसे उपयुक्त लगता है:

□□□□□□□□

□□□□ □□□□□□□□□□

□□□□ □□□□□□□□□

□□□□□□□ □□□□□

□□□□□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□□□

• □□□□: □□□□ □□□□□ □□□□ □□□ □□□□ □□ □□ □□□□□ □□□□ □□ □□ □□□

थेरेपी बेड को लगातार ऊर्जावान और साफ करने के लिए, और दूसरा, जो कि
इसे मेरे क्रिस्टल टेबल पर रखे अन्य क्रिस्टलों को शुद्ध करने के लिए प्रोग्राम किया गया है। यह हमेशा एक
कमरे की सफाई करते समय टिंग्शा की अतिरिक्त झनझनाहट सुनाई देती है।
• रोज़ क्वार्ट्ज़: थेरेपी बेड के नीचे एक बड़ा रोज़ क्वार्ट्ज़ रखा हुआ है।
ग्राहक के हृदय के ठीक नीचे, उसे बेहतर बनाने के लिए
प्यार का एहसास। यह ऐसा है जैसे बिस्तर पर लेटे हुए व्यक्ति को प्यार से गले लगाना।

• काला ओब्सीडियन: यह बड़ा क्रिस्टल जूते के पैरों के नीचे रखा जाता है।
ग्राउंडिंग में मदद करने के लिए थेरेपी बेड।

• जीवाश्म लकड़ी: फर्श पर रखा एक बड़ा टुकड़ा ग्राहकों द्वारा तनाव मुक्त होने पर उसे अवशोषित करता है।
इलाज के दौरान बहुत सारी चिंता और घबराहट दूर हो जाती है।
और जीवाश्म लकड़ी इसके लिए एक बेहतरीन पात्र का काम करती है, इसे इकट्ठा करके रखती है।
इसे ऐसे ही छोड़ दें ताकि कमरे की सफाई के समय इसे बाद में साफ किया जा सके।

• लेमुरियन क्वार्ट्ज क्रिस्टल: खिड़की के पास फर्श पर रखा हुआ है। यह कुछ कामों में आता है।
कमरे में रोशनी और ऊर्जा लाना और उसे ठंडा रखना जैसे कार्य।
उपचार केंद्रित।

पाइराइट

हरकिमर

टूर्मलाइन • पाइराइट: खिड़की की चौखट पर कई पाइराइट क्रिस्टल हैं जो शोर को कम करने में मदद करते हैं।
बाहरी व्यवधानों से बचाव। पाइराइट शोर मचाने वाले पड़ोसियों के लिए विशेष रूप से मददगार है! मेरे पास है
खिड़की के बाहर एक गोल्फ क्लब रखा है और ये क्रिस्टल शोर को कम करने में मदद करते हैं।
कभी-कभार गोल्फ की गेंद पर क्लब की हल्की सी आवाज तक।

• रूबी, एमेथिस्ट और हरकिमर डायमंड: ये मेरे विशेष सामंजस्य के प्रतीक हैं।
रेकी दीक्षा के लिए क्रिस्टल। हालांकि, मुझे उपचारों में भी ये सहायक लगते हैं।
क्योंकि प्रत्येक क्रिस्टल अनुभव एक स्तर पर क्रिस्टल ऊर्जा के साथ सामंजस्य स्थापित करने का माध्यम हो सकता है।
आपके और आपके ग्राहक दोनों के लिए एक या दूसरा स्तर।

• टूमलाइन मेडिसिन व्हील: यह उपचार स्थल की रक्षा करता है और उसे स्वच्छ रखता है।
विशेष (पृष्ठ 56 देखें)।

इसके अलावा, मेरे पास उपचारों में उपयोग करने के लिए सैकड़ों क्रिस्टल मौजूद हैं।
इसमें ग्राउंडिंग के लिए मास्टर क्रिस्टल और हेमेटाइट का चयन शामिल है।
आवश्यकता है।

बहुउद्देशीय स्थान
आदर्श रूप से आपके पास एक समर्पित कमरा या स्थान होना चाहिए जो उपचार कक्ष के रूप में कार्य करे।
हालाँकि,
यह हमेशा व्यावहारिक नहीं होता, इसलिए यहां कुछ सुझाव दिए गए हैं जो आपकी मदद कर सकते हैं यदि आपके पास एक बहुउद्देशीय स्थान है। सबसे पहले, इसे साफ करें और ऊर्जा से शुद्ध करें।
जगह बचाने के लिए स्क्रीन, थ्रो, स्कार्फ और पश्मीना जैसी चीजों का इस्तेमाल करने पर विचार करें। कमरे का रूप बदलें। एक ऐसा केंद्रबिंदु चुनने का प्रयास करें जिसे आप आसानी से बना सकें।
जैसे कि विशेष क्रिस्टल वाली एक छोटी मेज या स्टूल, एक मोमबत्ती, या
तत्वों, ग्रहों या दिशाओं के निरूपणों का चित्रण (पृष्ठ देखें)
56). पौधे, जड़ी-बूटियाँ या फूल भी अच्छे लगते हैं और रंग और सुगंध प्रदान करते हैं। इन्हें जोड़ें आप जिस भी देवी-देवता या संरक्षक देवदूत में विश्वास रखते हों, उसकी मूर्ति रखें। आप चाहें तो उसमें ग्लिटर भी लगा सकते हैं।
और चमकता है।

स्थान की समीक्षा करना

जब आप अपना कमरा तैयार कर लें, तो बाहर जाएं, दरवाजा बंद करें, तीन बहुत ही
गहरी सांसें लें, कमरे में वापस जाएं और देखें कि कैसा महसूस होता है। अभी या समय बीतने के साथ-साथ चीजों को बदलने से न डरें।

ग्राहकों के साथ काम करना

ग्राहकों के साथ काम करने के तरीकों के बारे में सही और गलत के बहुत कम ही नियम हैं।
सबसे पहले और सबसे महत्वपूर्ण बात, हमेशा खुद रहें। लोग आपकी ओर आकर्षित होंगे।
अपनी ऊर्जा के कारण, दूसरों जैसा बनने की कोशिश करने के बजाय, अपने असली रूप में रहें।
आप क्रिस्टल रेकी हीलर के बारे में जो कल्पना करते हैं कि वह "कैसा होना चाहिए"।

जैसे हो वैसे ही रहो और सहज रहो।
अगर आप सहज और तनावमुक्त हैं, तो आपका ग्राहक भी सहज महसूस करेगा—चिंता न करें।
इस बारे में सोचें कि आपको क्या लगता है कि वे क्या उम्मीद करते हैं। अपनी व्यक्तिगत स्वच्छता पर ध्यान दें।
लोगों की आभाओं का बारीकी से अध्ययन करेंगे। लंबे बालों को बांध लें ताकि वे गिरें नहीं।
जब आप अपने क्लाइंट के ऊपर झुकते हैं तो उन पर नजर रखें।

आपके पैर भी बहुत महत्वपूर्ण हैं क्योंकि क्रिस्टल रेकी हीलर के रूप में आप
दिन भर खड़े रहना पड़ता है। सोचिए कि आप जूते पहनकर काम करना चाहते हैं या नंगे पैर।
दोनों के अपने-अपने फायदे और नुकसान हैं। नंगे पैर काम करने से आपको मदद मिलती है।
ज़मीन से जुड़े रहें और स्थिर रहें। यदि आप नंगे पैर काम करना चुनते हैं, तो
कई चिकित्सक ऐसा करते हैं, सुनिश्चित करें कि आपका फर्श वैक्यूम क्लीनर या झाड़ू से साफ किया गया हो और वहां
फर्श पर कोई क्रिस्टल के टुकड़े या ऐसी कोई अन्य चीज नहीं है जिससे आपको चोट लग सकती है या
आपके ग्राहक को असुविधा हो सकती है या इससे उन्हें परेशानी हो सकती है।

व्यवसायिक बनें
यदि आप किसी मामले में भावनात्मक रूप से शामिल हैं तो आप पेशेवर निर्णय नहीं ले सकते।
ग्राहक। अपने परिवार और दोस्तों की मदद करना बहुत अच्छी बात है, लेकिन अगर उन्हें किसी डॉक्टर से मिलने की ज़रूरत है तो...
यदि आप किसी विशिष्ट लक्षण या समस्या के लिए नियमित रूप से किसी चिकित्सक से परामर्श लेते हैं, तो आपको उनसे अवश्य मिलना चाहिए।
कोई अन्य असंबंधित पेशेवर। इसी तरह, अगर आपको लगता है कि कोई है
इस क्लाइंट के लिए आपसे बेहतर कौन हो सकता है, क्या आपको लगता है कि आप इस काम के लिए सक्षम नहीं हैं, या आप बस नहीं जानते।
अगर आप किसी के साथ किसी भी कारण से काम करना चाहते हैं, तो उन्हें किसी और को रेफर कर दें।
आपको कभी भी खुद को ऐसी स्थिति में नहीं डालना चाहिए जिसमें आप असहज महसूस करें।
ग्राहक।

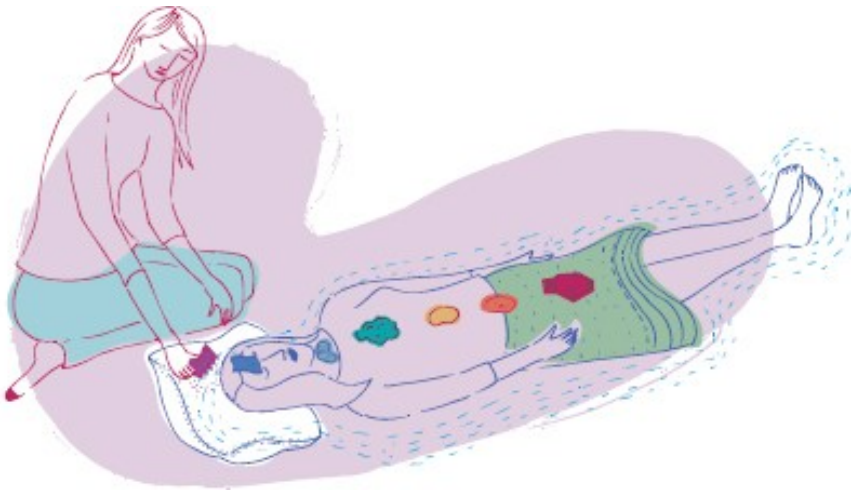
गोपनीयता सर्वोपरि है। अपने ग्राहक को बताएं कि यह एक गोपनीय स्थान है।
वे अधिक सहज और खुले दिल के होंगे। इसे ध्यान में रखते हुए, मैं उनसे यह पूछने की सलाह देता हूँ कि... ग्राहक सहमति प्रपत्र भी भरें 1.

तैयार रहें

सुनिश्चित करें कि आपके क्रिस्टल साफ, शुद्ध और व्यवस्थित हों ताकि आप उन्हें आसानी से चुन सकें। उपयुक्त क्रिस्टलों को शीघ्रता से प्राप्त करें। जिन क्रिस्टलों के साथ आप नियमित रूप से काम करते हैं, वे भी उपयुक्त हो सकते हैं।
इन्हें रेकी से आवेशित किया गया है (पृष्ठ 38 देखें) ताकि ये हमेशा उपयोग के लिए तैयार रहें। यदि आप यदि आप मोबाइल चिकित्सक के रूप में काम कर रहे हैं, या आपके पास एक बहुउद्देशीय कमरा भी है,
घर पर, उपचार से पहले अपने क्रिस्टल को व्यवस्थित करने की प्रक्रिया शुरू की जा सकती है।
न केवल सामंजस्यपूर्ण उपचार केंद्र बनाने में मदद करना बल्कि
यह आपकी अपनी जगह है। आप पाएंगे कि आपके क्रिस्टल चर्चा का विषय बन जाते हैं।
दूसरे लोग आपको देखते हैं और आपके आस-पास उत्पन्न होने वाली ऊर्जा से आकर्षित होते हैं।
चाहे आप किसी कमरे में, तंबू में, या फिर बाहर खेत में काम कर रहे हों, यह
इससे आपके खास स्थान में प्रवेश करते ही लोगों को आराम महसूस करने में निश्चित रूप से मदद मिलेगी।
साथ ही, अपने उपचार क्षेत्र का निर्माण करते समय और उसे विशिष्ट बनाते समय सशक्त महसूस करें।
जिससे आपके द्वारा दिए जाने वाले प्रत्येक उपचार की सफलता दर बढ़ेगी।

अपने ग्राहक के शरीर पर क्रिस्टल लगाने का क्रम तय करें। एक क्रम में आगे बढ़ें।
अव्यवस्थित योजना की तुलना में दिशा-निर्देश बेहतर होता है और आपके ग्राहक के लिए कम ध्यान देने योग्य होता है।
दृष्टिकोण। यदि आप एक क्रिस्टल गिरा देते हैं, तो उसे वहीं छोड़ दें और दूसरे के साथ काम करें। यदि एक क्रिस्टल
अगर यह किसी ग्राहक से छूट जाए, तो इसे वहीं छोड़ दें—आप इसे बाद में कहीं से भी वापस ले सकते हैं, चाहे वह कहीं भी जाए!
मान लीजिए कि यह या तो वहीं रहना चाहता है जहाँ यह चला गया है (इस मामले में यह नहीं गया है)
यदि क्रिस्टल "फिसल गया" है, तो उसे "फिसलने" दें या जहाँ आपको लगता है कि उसे होना चाहिए, वहाँ दूसरा क्रिस्टल रख दें।

अपना सेटअप भी चुन लें—क्या आप थेरेपी काउच पर काम करने वाले हैं या
फर्श पर तकिए? जब मैंने क्रिस्टल हीलर के रूप में काम करना शुरू किया तो मैं हमेशा
मुझे फर्श पर चटाई और तकियों के साथ काम करना पसंद था। कभी-कभी
क्रिस्टल रेकी हीलिंग में आप पाएंगे कि आप क्रिस्टल को अपने आसपास रख रहे हैं।
शरीर आभा में समाहित होता है (पृष्ठ 84 देखें) और यह थेरेपी बेड पर मुश्किल हो सकता है। यदि आप थेरेपी बेड का उपयोग करना पसंद करते हैं, तो "मानक" बेड के बजाय चौड़े बेड का चुनाव करें।
24 इंच (60 सेमी) चौड़ा बिस्तर।



□□□□ □□□□□□□□ □□ □□□□□□□□□ □□□□

□□□□ □□ □□□□ □□ □□□□□ □□ □□□ □□ □□□ □□□ □□ □□□-□□□ □□□□□ □□ □□□□□□ □□ □□□ □□□
□□□□□□□ □□□□□□□ □□, □□ □□□□□□ □□□□ □□□□□□□□ □□ □□□□□□□□□ □□□□ □□ □□□□□ □□□□ □□ □□□□ □□□□ □□□□

उपचार की शुरुआत ध्यान केंद्रित करने, संतुलन बनाने और स्थिरता प्राप्त करने के तरीके के रूप में करें।
अपने क्रिस्टलों को चक्र/इंद्रधनुष के रंगों के अनुसार, कंपास के आकार में व्यवस्थित करें।
(इसलिए उत्तर दिशा हमेशा बिस्तर के शीर्ष या सिर की ओर होती है), एक प्रदर्शन के रूप में
खनिज के प्रकार, आकार या माप के आधार पर, हृदय, सर्पिल, तारा या पशु आकृति को संरेखित किया जाता है।
तत्व, ग्रह, या कोई भी अन्य तरीका जो आपको सही लगे।
इसके लिए नियम केवल विचार हैं, जो आपकी अपनी रचनात्मकता के लिए प्रारंभिक बिंदु के रूप में काम करते हैं।
आवश्यकताएँ। अनुष्ठान आपकी आवश्यकतानुसार सरल या जटिल हो सकते हैं।

अपना ख्याल रखें
आपका उपचार कक्ष आपके सभी ग्राहकों की समस्याओं को संभालने में सक्षम होना चाहिए, ताकि वे
अपनी निजी जिंदगी में इसका खुलासा न करें। उपचार से संबंधित सभी मामलों को गोपनीय रखना ही बेहतर है।
यह आवश्यक तो है ही, साथ ही यह अन्य तरीकों से भी मदद करता है। यदि आपका थेरेपी कक्ष गोपनीय है
यदि आप अपने ग्राहकों को यह बात स्पष्ट रूप से बता देते हैं, तो आपके लिए छोड़ना आसान हो जाता है। जब आप कमरे से बाहर निकलकर दरवाजा बंद कर देते हैं, तो आपके ग्राहक की समस्याएं वहीं रह जाती हैं। यदि
अगर आपको यह मुश्किल लगता है, तो हर बार के अंत में भविष्य देखने के लिए क्रिस्टल बॉल का इस्तेमाल करें।
कार्य दिवस समाप्त होने के बाद। अपने अंतिम ग्राहक से मिलने और अपने कार्यालय को साफ-सुथरा करने के बाद।
थेरेपी रूम में, अपनी क्रिस्टल बॉल लेकर शांति से बैठें। अपने मन में एक तस्वीर की कल्पना करें। अपने आखिरी ग्राहक को देखें और उन्हें क्रिस्टल बॉल में तैरते हुए देखें, जहाँ
क्रिस्टल उनकी ऊर्जा को धारण करेगा और उसे रूपांतरित करता रहेगा क्योंकि यह उन्हें ऊर्जा भेजता रहता है।
उपचार प्रक्रिया। प्रत्येक रोगी के साथ, एक-एक करके ऐसा करें। (आप यह भी कर सकते हैं)
जो भी चीज़ आपको परेशान कर रही हो, उसके साथ भी ऐसा ही करें।
जो आपको तनाव पहुंचाता है, जैसे कि घर लौटते समय रास्ते में आपकी गाड़ी के आगे आ जाने वाला ड्राइवर या
आपकी सास जो सप्ताहांत में आ रही हैं।

मानसिक सुरक्षा आपको ग्राहकों की "चीज़ों" को अपने ऊपर लेने से रोकने में मदद कर सकती है—उनकी समस्याएँ। टूमलाइन या अन्य पत्थरों को पहनने या अपनी जेब या ब्रा में रखने का प्रयास करें।
सुरक्षात्मक क्रिस्टल (सामने देखें) का उपयोग करें या टूमलाइन औषधि चक्र बनाएं।

टूर्मलाइन औषधि चक्र
टूर्मलाइन औषधि चक्र किसी भी परिस्थिति या स्थान में सुरक्षा प्रदान करता है।
जहां इसकी ऊर्जा केंद्रित होती है, और किसी भी व्यक्ति के लिए। एक टूमलाइन क्रिस्टल चुनें।
आप या आपके थेरेपी रूम का प्रतिनिधित्व करने के लिए आठ अन्य लोगों का चयन करें।
कुल नौ टूमलाइन क्रिस्टल। अपने प्रतिनिधित्व वाले क्रिस्टल को मेज पर रखें।

फर्श, या किसी भी समतल सतह पर, एक पहिया बनाएं और उसके चारों ओर एक पहिया बनाएं, पहले उसे रखते हुए उत्तर दिशा में स्थित पत्थर, जो देवताओं का प्रतिनिधित्व करता है, या उन चीजों का जो आपकी पहुंच से बाहर हैं।
नियंत्रण। फिर पश्चिम—भौतिक दुनिया, जो आमतौर पर चीजों से संबंधित होती है।
जैसे पैसा, करियर और वित्त। इसके बाद, दक्षिण—वह सब कुछ जो है
घर और परिवार जैसे पोषण प्रदान करने वाले तत्व। पूर्व दिशा में क्रिस्टल रखने से पहले, उसे भरें।
बीच के अंतरालों में—उत्तरपूर्व, उत्तरपश्चिम, दक्षिणपश्चिम, दक्षिणपूर्व—ताकि जब आप
पूर्व दिशा में स्थित वस्तु को रखें, जो मानसिक और आध्यात्मिक जगत के प्रवेश द्वार का प्रतिनिधित्व करती है।
आध्यात्मिक जगत, आप चक्र को पूरा कर रहे हैं और चक्र को बंद कर रहे हैं।
सुरक्षा।

सुरक्षात्मक क्रिस्टल
टूर्मलाइन—विशेष रूप से वर्डेलाइट (हरा टूर्मलाइन), रुबेलाइट (गुलाबी), और
काला टूमलाइन

लापीस लाजुली

रूबी

□□□□□□□□□□

□□□ □□□□□□□

□□□□□□□

□□□□□□□□ □□□□□□□□□□

□□□□□□□□

□□□□□□□□

□□□□□ □□□ □□□□□□□□□□

□□□□□□ □□□

□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□

□□□□□□□□ □□□□□□□□□□

□□□□□ □□□□□□

□□□□□□□□□□

□□□□□□□□

□□□□□□□□□ □□□□□□

□□□□□□□□□□

□□□□□□□ □□□□□□□□□□

□□□ □□□□□□□

□□□□□□□□

□□□□□□□□□□

□□□□□□□ □□□□□□□□□

अक्वामरीन

मूकाइट

उपचार शुरू करने की तैयारी

शुरू करने से पहले सुनिश्चित करें कि आपके पास एक शांत जगह हो ताकि आप ध्यान केंद्रित कर सकें और खुद को शांत करें। कई लोगों को किसी न किसी प्रकार की ध्यान प्रक्रिया या अनुष्ठान से लाभ होता है। या समारोह। अपने क्वार्ट्ज़ मास्टर क्रिस्टल को पकड़ने का प्रयास करें (पृष्ठ 21 देखें): देखें समाप्ति के बारे में अपने क्रिस्टल रेकी गाइड और अन्य लोगों से पूछें।
आपके साथ जुड़ने से मदद मिल सकती है। यदि आपके पास रेकी लेवल 2 या उससे ऊपर का ज्ञान है, तो रेकी का चित्र बनाएं।
कमरे के कोनों में प्रतीक चिन्ह बनाएं। फिर स्वयं उपचार के लिए ऊर्जावर्धक विधि का प्रयोग करें।
पृष्ठ 68 पर दिए गए अभ्यास का अभ्यास करें या क्रिस्टल रेकी हीलिंग गाशो ध्यान करें।

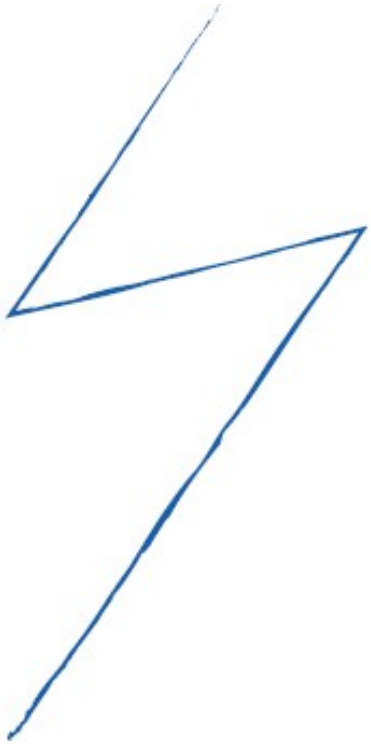
क्रिस्टल रेकी हीलिंग गाशो मेडिटेशन

क्वार्ट्ज मास्टर क्रिस्टल के साथ
गस्शो का अर्थ है प्रार्थना की मुद्रा में दो हाथों का एक साथ आना।
यह मुद्रा है। यह पूर्व में ध्यान और प्रार्थना के साथ-साथ एक अन्य मुद्रा के रूप में भी प्रयोग की जाने वाली मुद्रा है।
अभिवादन, कृतज्ञता, आदर या क्षमा का प्रतीक। यह एकमात्र ध्यान विधि भी है।
हम जानते हैं कि उसुई सेंसेई ने स्वयं अभ्यास किया था।

यह एक उत्तम और सरल ध्यान विधि है जिसे आप प्रतिदिन कर सकते हैं। इसकी अनुशंसा की जाती है।
आप सुबह उठने के बाद 20 मिनट तक इसका अभ्यास करें और
रात को सोने से पहले। मेरा सुझाव है कि आप कम से कम 10 अभ्यासों से शुरुआत करें।
प्रतिदिन कुछ मिनट का समय दें और आप इसके सकारात्मक परिणाम शीघ्र ही देख पाएंगे।

किसी आरामदायक जगह पर बैठें जहाँ आप अपनी रीढ़ की हड्डी को सीधा रख सकें।
अपने क्वार्ट्ज़ मास्टर क्रिस्टल (पृष्ठ 21 देखें) को लंबवत पकड़ें, जिसका सिरा
सबसे ऊपर, हथेलियों के बीच में, हाथों को प्रार्थना की मुद्रा में सामने की ओर रखें।
अपनी छाती पर ध्यान केंद्रित करें। क्रिस्टल की नोक पर ध्यान दें। इसके बारे में सोचने की कोशिश न करें।
क्रिस्टल की नोक के अलावा किसी भी चीज को न छुएं और खुद को आराम करने दें।
आपके मन में विचार आएंगे। उन पर चर्चा या बहस न करें। बस उन्हें स्वीकार करें, उन्हें अपने मन से गुजरने दें, और
अपना ध्यान वापस क्रिस्टल के सिरे पर लाएँ।

क्रिस्टल रेकी ग्राउंडिंग



यह बहुत सरल लेकिन महत्वपूर्ण है। आपको यह सुनिश्चित करना चाहिए कि आप ज़मीन से जुड़े हुए हैं।
उपचार शुरू करने से पहले, यह सुनिश्चित कर लें कि आप और जिनका आप उपचार कर रहे हैं, दोनों ही इस बात का ध्यान रखें।
अंत में स्थिर हो जाते हैं। कुछ लोगों को या तो तैरने जैसा, हवादार एहसास होता है।

क्रिस्टल रेकी हीलिंग देने या प्राप्त करने में, कभी-कभी लोगों को यह अनुभव बहुत अच्छा लगता है। हालांकि, यदि आप कोई व्यावहारिक कार्य करने का इरादा रखते हैं तो यह मददगार नहीं है।
इलाज के बाद—जैसे कि घर वापस गाड़ी चलाकर जाना!

स्वयं को शांत करने के लिए, दोनों हाथों में एक-एक हेमेटाइट पत्थर पकड़ें, यह पहचानते हुए कि
उनका वजन और अपने सिर के ऊपरी हिस्से से रेकी ऊर्जा के प्रवाह की कल्पना करना...
अपने शरीर के निचले हिस्से से लेकर पैरों तक, सांस लें। तीन गहरी सांसें लें। बहुत जल्दी।
आपके हाथ भारी लगने लगेंगे। यह अनुभूति अधिकतर लोगों को स्थिरता प्रदान करती है।
कुछ मिनट।

रेकी का प्रतीक राकु (पृष्ठ 34 देखें) भी एक उत्कृष्ट ग्राउंडर हो सकता है। कोशिश करें
अपने ध्यान कक्ष में हेमेटाइट पत्थरों से राकु प्रतीक बनाना या
यदि आपके पास थेरेपी बेड है, तो उसके नीचे यह प्रतीक रखें। बस इस प्रतीक को बेड के नीचे रखने से ही काम बन जाएगा।
पैरों के पास बिस्तर पर लेटना स्थिरता प्रदान करता है।

□□□□□□□ 3

□□□□□□□□□ □□□□□ □□□□□□

□□ □□□□□□□ □□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□ □□ □□□□□□□□□ □□ □□ □□□□

□□□□□□□□□ □□□□□ □□ □□□□□□□ □□ □□□□□□ □□ □□ □□□□□□□ □□ □□□□□□□ □□□□□

□□□□□ □□□□□□ □□ □□□□□ □□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□□□□ □□

□□□□□□□ □□ □□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□ □□

□□□□□□□□□□□□□

पारंपरिक रेकी हस्त मुद्राएँ

जिस प्रकार से पारंपरिक क्रिस्टल होते हैं जो सहसंबंधित होते हैं
चक्रों (पृष्ठ 20 देखें) के लिए, रेकी करने के लिए हाथों की नियमित मुद्राएँ होती हैं।
उपचार। इन्हें शरीर के सभी ऊर्जा केंद्रों को कवर करने के लिए डिज़ाइन किया गया था।
शरीर। रेकी और क्रिस्टल हीलिंग दोनों का एक आनंद यह है कि
प्रणालियाँ स्वतः क्रियाशील होती हैं। रेकी और क्रिस्टल दोनों की अपनी-अपनी कार्यप्रणाली होती है।
यह आपके लिए उपयोगी होगा और आपको उपचार ऊर्जा को उन क्षेत्रों में निर्देशित करने में मदद करेगा जहां इसकी सबसे अधिक आवश्यकता है।
यह हमेशा वैसा नहीं होता जैसा हम सोचते हैं। इसलिए जब आप शुरू करते हैं, तो यह
परंपरागत प्रणाली का पालन करना हमेशा बेहतर होता है। जैसे-जैसे आपको अधिक अनुभव प्राप्त होता है, इससे अधिक सहज उपचारों की संभावनाएं खुल जाती हैं।

• सभी स्थितियों में, अपनी उंगलियों को एक साथ रखें और अपने हाथों को सपाट या थोड़ा सा झुका हुआ रखें।
कप के आकार का।

• प्रत्येक स्थिति में अपने हाथों को पकड़ते समय, आप शरीर को स्पर्श कर सकते हैं।
या फिर अपने हाथों को इसके ठीक ऊपर थोड़ा सा हिलाते रहें।

• इसी प्रकार, यदि स्थिति शरीर पर किसी क्रिस्टल को ढकती है, तो अपने हाथों को उस पर रखें
या क्रिस्टल के ऊपर।

• दूसरों का इलाज करते समय, आपको हमेशा यह समझाना चाहिए कि आप क्या करने वाले हैं।
कहां, और कितने समय के लिए, और सबसे महत्वपूर्ण बात, अपने ग्राहक की जानकारी प्राप्त करें।
आपको उन्हें छूने की सहमति।

• प्रत्येक हाथ की स्थिति को 3-5 मिनट तक बनाए रखना चाहिए।

1. पहली स्थिति के लिए, शरीर के ऊपरी भाग से शुरू करें: अपने हाथों को ऊपर रखें आंखें।

2. दूसरी स्थिति के लिए, अपने हाथों को सिर के ऊपरी भाग पर रखें।

3. तीसरी स्थिति के लिए, अपने हाथों को कानों पर रखें।

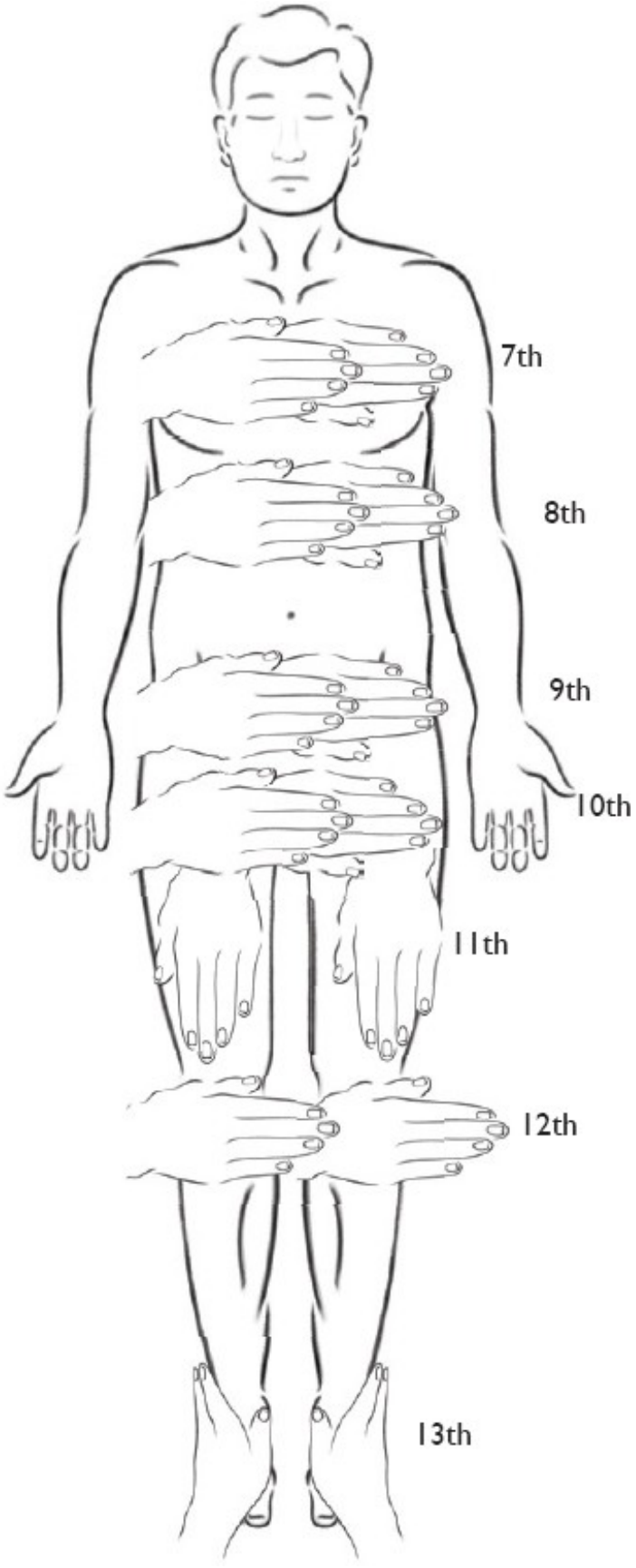
4. चौथी स्थिति के लिए, अपने हाथों को सिर के पिछले हिस्से या खोपड़ी पर रखें।

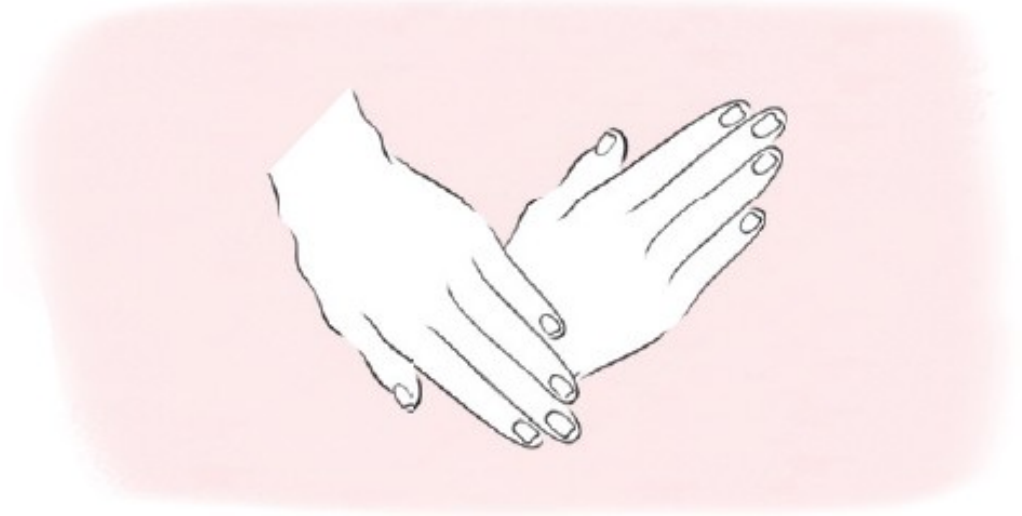
5. पाँचवीं स्थिति के लिए, ठुड्डी को कप की तरह ढक लें।

6. छठे स्थान के लिए, गले को ढक लें।

7. अब धड़ के नीचे की ओर बढ़ते जाएं। अपने हाथों को धड़ के साथ एक सीध में रखें।
चक्र या कोणीय (हाथ की वैकल्पिक स्थिति—विपरीत पृष्ठ देखें)। प्रारंभ करें हृदय चक्र (सातवें स्थान पर), फिर सौर जाल चक्र (आठवें स्थान पर),
फिर त्रिकास्थि चक्र (नौवां स्थान), और अंत में आधार चक्र (दसवां स्थान)।

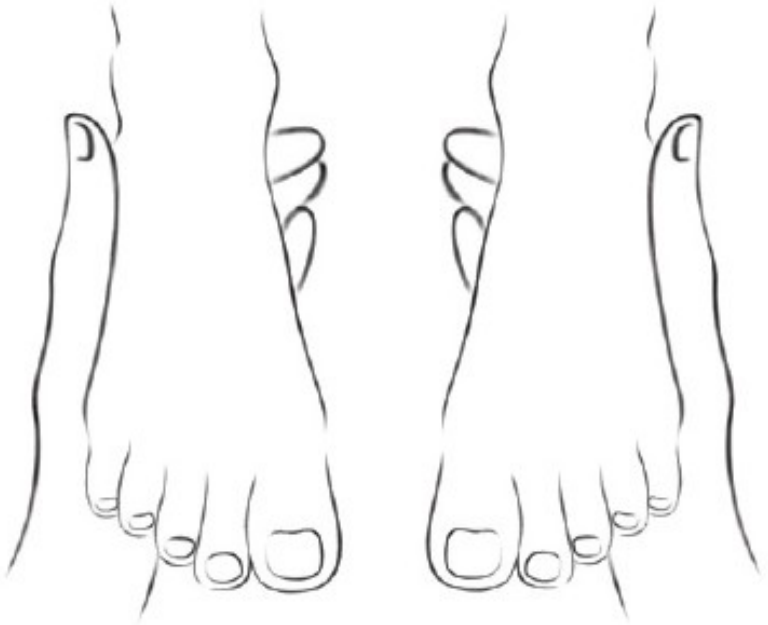
8. पैरों पर, अपने हाथों को जांघों (11 वीं स्थिति) पर रखें और फिर घुटनों पर रखें।
(12 वीं स्थिति)। पैरों के बल समाप्त करें, अपने हाथों को पैरों के ऊपर रखें।
(13 वां स्थान)।


7th
8th
9th
10th
11th
12th
13th



वैकल्पिक हाथ की स्थिति

9. 14 वीं स्थिति के लिए, प्रत्येक पैर को दोनों हाथों से पकड़ें—इससे कोई फर्क नहीं पड़ता। आप सबसे पहले किस पैर से काम करते हैं?

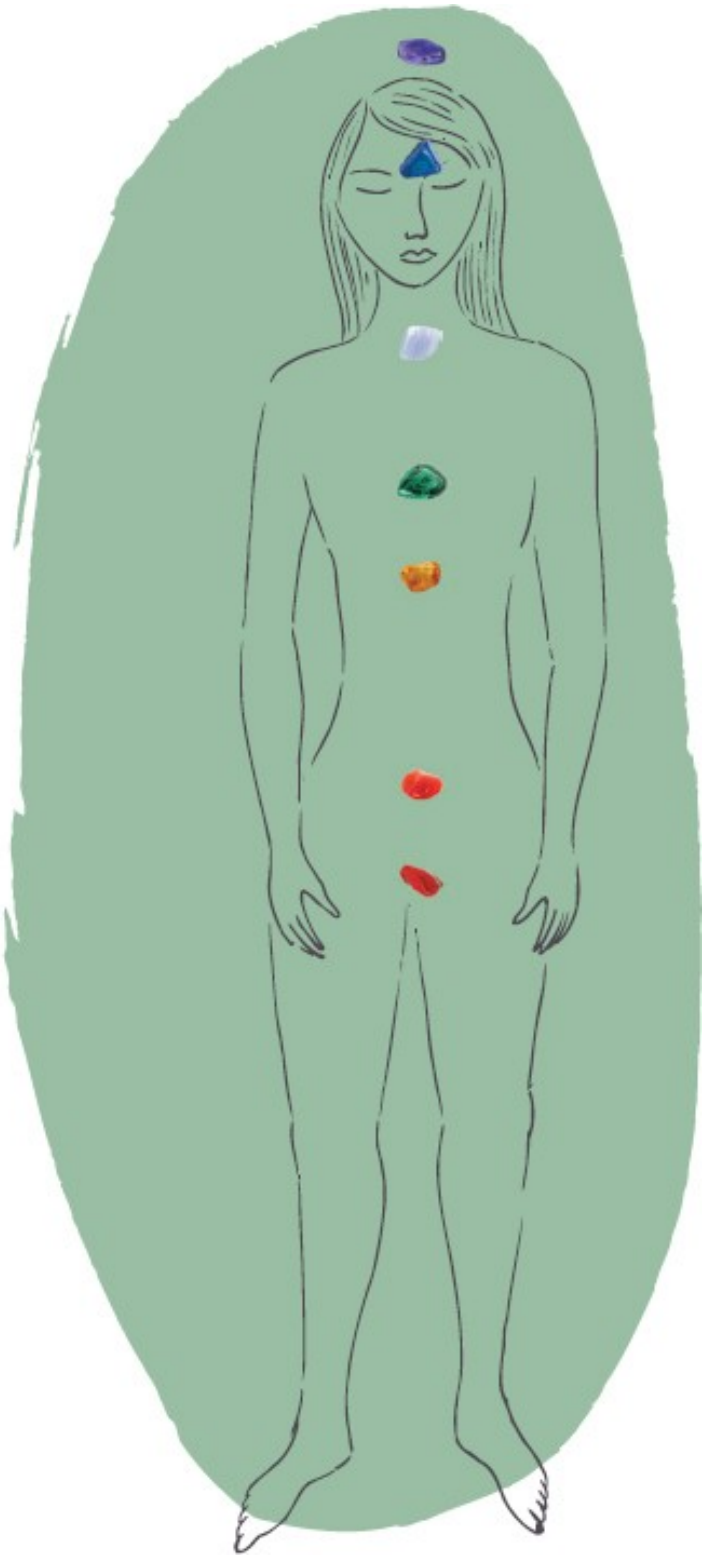


10. अंत में, दोनों पैरों की एड़ियों को पकड़ें (15 वीं स्थिति)।

क्रिस्टल रेकी स्व-उपचार

क्रिस्टल रेकी स्व-उपचार से तत्काल लाभ मिल सकते हैं: यह बनाता है
विश्राम, जो तनाव, दर्द, भावनात्मक परेशानी और शारीरिक चोट से राहत दिलाता है।
नियमित रूप से स्वयं उपचार करने से कई पुरानी बीमारियों में मदद मिल सकती है, जैसे कि... चिड़चिड़ा आंत्र सिंड्रोम (आईबीएस) और गठिया। क्रिस्टल रेकी के साथ।
उपचार, रेकी के साथ सामंजस्य (पृष्ठ 14 देखें) अनुभव को बढ़ाएगा।

1. अपने चक्र क्रिस्टल का सेट लें (पृष्ठ 20 देखें) और उन्हें शुद्ध करें। लेट जाएं।
और क्रिस्टल को अपने चक्रों पर सही स्थिति में रखें (देखें
(चित्र)। यह सबसे आसान तब होता है जब आप आधार चक्र से शुरू करते हैं और उसमें जोड़ते हैं।
अपने सिर के ऊपरी भाग की ओर क्रिस्टल लगाएं ताकि आपका सिर देखने के लिए खुला रहे।
आप जो लंबे समय तक कर रहे हैं। क्राउन चक्र क्रिस्टल को ठीक उसी स्थान पर रखा जाता है।
आपके सिर के ऊपर (दाईं ओर देखें)। आप चित्र से देखेंगे कि
चक्र समान दूरी पर स्थित नहीं होते हैं। आधार चक्र और त्रिक चक्र एक दूसरे के निकट स्थित होते हैं।
फिर हृदय और सोलर प्लेक्सस से पहले एक अंतराल होता है जो एक और संरचना बनाता है।
एक जोड़ी, उसके बाद एक और स्थान, और अंत में शीर्ष तीन चक्र—
सिर का ऊपरी भाग, भौंहें और गला—ये सभी एक दूसरे के बहुत करीब होते हैं।



2. सभी क्रिस्टल रखने के बाद, रेकी स्व-उपचार के लिए बताए गए हाथों के व्यायाम का अनुसरण करें।
वे स्थान जो अगले पृष्ठ पर दिखाए गए हैं।

3. उपचार पूरा होने पर, क्रिस्टल को धीरे से हटा दें।
अपने क्राउन को नीचे की ओर लगाएं—यानी, जिस क्रम में आपने उन्हें लगाया था, उसके विपरीत क्रम में।
कुछ
लोग इससे पहले एक या दो मिनट के लिए भ्रूण की मुद्रा में सिकुड़कर बैठना पसंद करते हैं।
उठो। उपचार में प्यास लग सकती है, इसलिए पीने के लिए पानी उपलब्ध रखें (देखें
पृष्ठ 50 पर बॉक्स)।

क्राउन चक्र क्रिस्टल

यदि उपचार के दौरान आपको सिरदर्द होने लगे, तो
क्राउन चक्र क्रिस्टल को अपने सिर के करीब रखें, न कि उससे दूर जैसा कि कुछ लोग सोचते हैं। यह सबसे स्पष्ट उपाय प्रतीत होता है। यहाँ सिरदर्द का कारण है
क्रिस्टल को क्राउन चक्र के ऊपर रखा जाता है और उसकी ऊर्जा
मुकुट पर नीचे की ओर "दबाव" डालना। क्रिस्टल को नीचे की ओर "अंदर" ले जाकर
क्राउन चक्र पर दबाव कम करने से सिरदर्द गायब हो जाता है।
लगभग तुरंत।

स्वयं उपचार हाथ

पदों

स्वयं उपचार के लिए हाथों की मुद्राएँ शरीर के सभी ऊर्जा केंद्रों को कवर करने के लिए डिज़ाइन की गई हैं।
शरीर (पृष्ठ 19 देखें)। सिर से शुरू करें और धीरे-धीरे शरीर के नीचे की ओर बढ़ते जाएं।

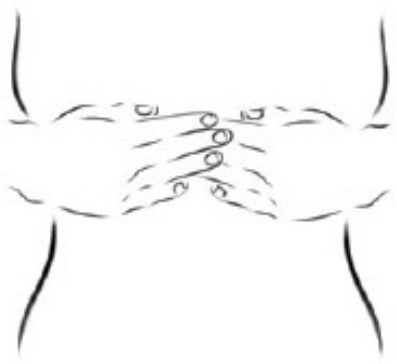
1. सबसे पहले अपने हाथों को अपनी आंखों पर रखें।

2. इसके बाद, अपने हाथों को अपनी कनपटी पर रखें।

3. [illegible]

4. [illegible]

5. अब अपने धड़ के नीचे की ओर बढ़ते हुए, अपने हाथों को अपने ऊपर रखें।
शरीर को हृदय चक्र के अनुरूप रखें।



6. अब अपने हाथों को नीचे सोलर प्लेक्सस चक्र की ओर ले जाएं।

7. अपने हाथों को त्रिकास्थि चक्र के ऊपर रखें।

8. अंत में, अपने हाथों को आधार चक्र पर रखें।

[illegible]

जैसे-जैसे आप प्रत्येक पद पर काम करते जाएंगे, आप शायद बहुत सहज होते जाएंगे।

आपको आराम महसूस हो सकता है या झुनझुनी जैसी विभिन्न संवेदनाएं महसूस हो सकती हैं।
तापमान में बदलाव होता रहता है, चाहे गर्मी हो या सर्दी। आपको भी गर्मी लग सकती है।
भावनाओं और शारीरिक जलन या असुविधा के प्रति जागरूक। ये सभी
ये संकेत बताते हैं कि उपचार कारगर हो रहा है। उपचार जारी रखें और पूरा करें।
उनका इलाज किया जाएगा और वे ठीक हो जाएंगे।

क्रिस्टल रेकी से दूसरों का उपचार करना

उपचारात्मक

सही मायने में, क्रिस्टल रेकी हीलिंग एक उपचार है।
रेकी देना एक अद्भुत उपहार माना जाता है, क्रिस्टल हीलिंग एक सुंदर उपहार है।
एक शानदार अभ्यास। इन सबको मिलाकर आप एक ब्रह्मांडीय उपचार का अनुभव करेंगे।
अनुभव।

क्रिस्टल रेकी चक्र उपचार
इस मानक प्रक्रिया से आप किसी भी स्थिति का इलाज कर सकते हैं, क्योंकि आप चयन करते हैं।
जो भी प्रस्तुत किया जा रहा है, उसके लिए क्रिस्टल।

1. सबसे पहले, सुनिश्चित करें कि आपके पास वे सभी क्रिस्टल मौजूद हैं जिनकी आपको आवश्यकता हो सकती है, और यह कि
आपने अपना कमरा और क्रिस्टल तैयार कर लिए हैं और उन्हें शुद्ध कर लिया है (पृष्ठ 49 देखें)। एक क्रिस्टल रेकी हीलिंग गाशो (पृष्ठ 58 देखें) का अभ्यास करने का क्षण
अपना पूरा ध्यान और एकाग्रता वर्तमान पर केंद्रित करें। अपने दोस्त या साथी के साथ
रोगी आपके थेरेपी बेड या फर्श की चटाई पर लेटा हुआ है (उन्हें ऐसा करने की कोई आवश्यकता नहीं है) अपने शरीर से कपड़े हटा दें क्योंकि क्रिस्टल और रेकी दोनों ही कपड़ों के माध्यम से काम करते हैं। आप क्या करने वाले हैं, यह स्पष्ट करें।

2. इसके बाद, आपको जिन क्रिस्टलों की आवश्यकता है, उन्हें चुनना शुरू करें। शुरुआत में, एक क्रिस्टल चुनें।
प्रत्येक चक्र के लिए क्रिस्टल। जब आप क्रिस्टल रेकी हीलिंग शुरू करते हैं
उपचारों के लिए, मानक क्रिस्टल चक्र सेट के साथ काम करना शायद सबसे अच्छा रहेगा।
(पृष्ठ 20 देखें), लेकिन एक बार जब आपको थोड़ा अनुभव हो जाए, तो आप क्रिस्टल का चयन कर सकते हैं।
विशेष रूप से आपके द्वारा इलाज किए जाने वाले प्रत्येक व्यक्ति के लिए। आप इसे सहज रूप से, अपने पेंडुलम, या रेकी के साथ (पृष्ठ 42-47 देखें)। इन क्रिस्टलों को रखें
उपयुक्त चक्र (पृष्ठ 19 देखें)।

3. सबसे पहले अपने हाथों को क्रिस्टल के ऊपरी भाग पर रखें, फिर काम शुरू करें।
रेकी की हस्त मुद्राओं का अनुसरण करते हुए शरीर के नीचे की ओर (पृष्ठ 62-65 देखें)।
जब आप खोपड़ी पर रेकी करते हैं (चौथी स्थिति) तो भौंहों पर लगे क्रिस्टल को हटा दें और
इस हाथ की स्थिति पूरी होने के बाद इसे वापस लगा दें। पारंपरिक रेकी में
उपचार के दौरान, रोगी को पेट के बल लिटाया जाता है और हाथों को भी इसी तरह की स्थिति में रखा जाता है।
उनकी पीठ पर ये निशान दोहराए जाते हैं। क्योंकि क्रिस्टल रेकी हीलिंग उपचार में ऐसा होता है।
शरीर पर क्रिस्टल रखे जाते हैं और साथ ही रेकी ऊर्जा का संचार भी किया जाता है।
चिकित्सक के हाथों को घुमाना न तो आवश्यक है और न ही व्यावहारिक।
उपचार के दौरान ग्राहक।

4. जब आप सभी हाथों की मुद्राएँ पूरी कर लें, तो अपने हाथों को वहीं छोड़ देना अच्छा रहता है।
अपने किसी मित्र या ग्राहक को 5-10 मिनट के लिए क्रिस्टल लगे रहने दें ताकि वे
क्रिस्टल एनर्जी बाथ का अनुभव करें। यह एक सुंदर और आरामदायक अनुभूति प्रदान करता है।
उपचार के अंत में, क्रिस्टल को हटा दें, ब्रश से साफ करें और सील कर दें।
रेकी से आवेशित सेलेनाइट ऑरा वैंड (पृष्ठ 75 देखें) के साथ ऑरा।

एक सेलेनाइट ऑरा वैंड

अतिरिक्त क्रिस्टल रेकी उपचार

TECHNIQUES
निम्नलिखित तकनीकों को मानक उपचार के भाग के रूप में लागू किया जा सकता है।
उपचार संबंधी अधिक विशिष्ट आवश्यकताएं।

किसी के हाथों में क्रिस्टल रखना
दो हाथ के आकार के क्रिस्टल को रेकी से चार्ज करें (पृष्ठ 38 देखें) और उनमें से एक को रखें
आपके प्रत्येक ग्राहक के हाथों पर। मुझे लगता है कि क्वार्ट्ज क्रिस्टल शारीरिक उपचार के लिए अच्छे होते हैं।
भावनात्मक चुनौतियों के लिए रोज़ क्वार्ट्ज़, चिंता या पैनिक अटैक के लिए ग्रीन कैल्साइट और ग्राउंडिंग के लिए हेमेटाइट। हालांकि, अपने मनपसंद तरीके को अपनाने से न हिचकिचाएं।
अंतर्ज्ञान, जिसकी आप हमेशा अपने पेंडुलम से जांच कर सकते हैं (पृष्ठ 42 देखें)।

क्रिस्टल को सीधे प्रभावित क्षेत्र पर रखना
किसी विशिष्ट समस्या, जैसे कि किसी अन्य समस्या के लिए, अपने पेंडुलम से क्रिस्टल की जांच करें।
घुटने में चोट या पेट की समस्या (उदाहरण के लिए, अपने पेंडुलम से पूछें, "क्या
क्या यह क्रिस्टल मेरे ग्राहक के घायल घुटने को ठीक करने में मदद करेगा?), और उन्हें उस क्षेत्र में जोड़ें।
आप क्रिस्टल फाइंडर से विशिष्ट क्रिस्टल भी चुन सकते हैं।

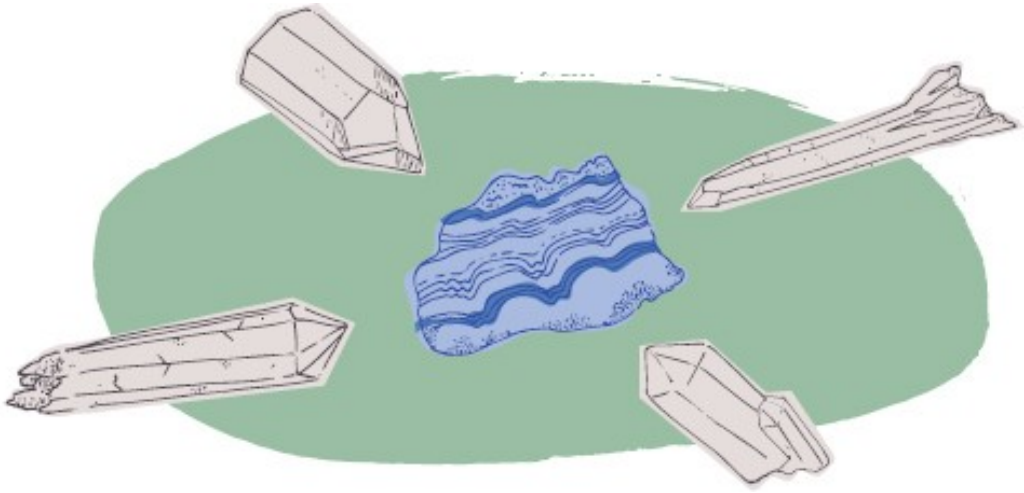
अध्याय 5. आप इन क्रिस्टलों के ऊपर अपने हाथ रखकर रेकी कर सकते हैं और

रेकी को प्रवाहित होने दें और यदि आप रेकी लेवल 2 या उससे ऊपर के स्तर से जुड़े हुए हैं, तो ध्यान केंद्रित करें
शरीर पर क्रिस्टल लगे होने के दौरान उपयुक्त प्रतीकों पर ध्यान दें।

ऊर्जा अवरोधों को मुक्त करना
हमारे चक्र पूर्णतया स्वाभाविक रूप से संतुलित होते और असंतुलित होते रहते हैं।
दिन भर क्रिस्टल रेकी स्व-उपचार के माध्यम से अपने चक्रों को संतुलित करें (पृष्ठ देखें)।
68) आपको स्वस्थ रखने में मदद कर सकता है। हालाँकि कभी-कभी कुछ ऐसी चीजें हो जाती हैं, जैसे कि संक्रमण, चोटें, भावनात्मक परेशानियाँ और दर्दनाक अनुभव, और हम पाते हैं
कि एक या अधिक चक्र आसानी से संतुलन में वापस नहीं आ पाएंगे। ऐसा अक्सर होता है।
ऐसा मामला जब कोई ग्राहक मेरे पास इसलिए आता है क्योंकि वे कुछ समय से ऐसा नहीं कर रहे हैं।
नियमित स्व-उपचार प्रक्रिया के बावजूद उनमें लक्षण विकसित हो गए हैं, जिनका अब इलाज किया जा रहा है।
प्रस्तुति देने में अक्सर ऐसा इसलिए होता है क्योंकि उनमें एक तरह की झिझक पैदा हो जाती है।
उनकी ऊर्जा प्रणाली में कहीं। मैंने "भाषण चिह्नों" में ब्लॉक लगाया है क्योंकि
ऊर्जा का पूर्ण अवरोध होने की संभावना नहीं है—ऐसा होने पर बहुत ही गंभीर स्थिति उत्पन्न हो जाएगी।
गंभीर स्वास्थ्य समस्या—लेकिन संभवतः आंशिक अवरोध है। इसका इलाज करने के लिए, हम
तारे या क्रॉस के आकार में चार छोटे क्वार्ट्ज क्रिस्टल चारों ओर लगाएं।
संबंधित चक्र।

लंबे समय से चली आ रही रुकावटों को दूर करने से उपचार और जीवन में नाटकीय परिवर्तन लाने वाले प्रभाव हो सकते हैं।
कुछ लोगों को अपनी दीर्घकालिक बाधाओं को दूर करना चुनौतीपूर्ण लग सकता है, क्योंकि अक्सर उन्होंने उस समय बहुत अच्छे कारणों से स्वयं ही ब्लॉक बनाए थे।
उन्होंने शायद उन्हें भावनात्मक रूप से बचाने के लिए काम किया होगा और शायद एक भूमिका निभाई होगी। यह एक उपयोगी फ़ंक्शन है। उदाहरण के लिए, मेरे पास एक ग्राहक था जिसकी माँ नहीं थी।
वह बचपन में भावुक थी और स्नेह के कोई बाहरी संकेत नहीं दिखाती थी। वास्तव में, जब भी वह अपनी माँ से गले मिलने के लिए जाती थी, तो वह...
अस्वीकार कर दिया गया। उसे बहुत जल्द ही यह समझ आ गया कि शारीरिक सहायता के लिए अपनी माँ के पास नहीं जाना चाहिए।
स्नेह। मामला सुलझ गया—अब कोई अस्वीकृति नहीं। हालाँकि, इससे एक
उसके हृदय चक्र में ऊर्जा का अवरोध था। समय बीतने के साथ, यह अवरोध जो उसने उत्पन्न किया था, धीरे- धीरे कम होता गया।
आत्म-केंद्रितता का असर उसके जीवन पर पड़ने लगा और उसे सार्थक संबंध बनाने में कठिनाई होने लगी।
रिश्तों से दूर रहना क्योंकि उसने खुद को सिखाया था कि वह किसी भी अवसर की अनुमति न दे।

अस्तित्व को अस्वीकार करना। हालांकि यह बहुत चुनौतीपूर्ण और भावनात्मक है, लेकिन इससे मुक्ति पाना संभव है।
यह घटना उनके जीवन में सकारात्मक रूप से परिवर्तन लाने वाली साबित हुई।



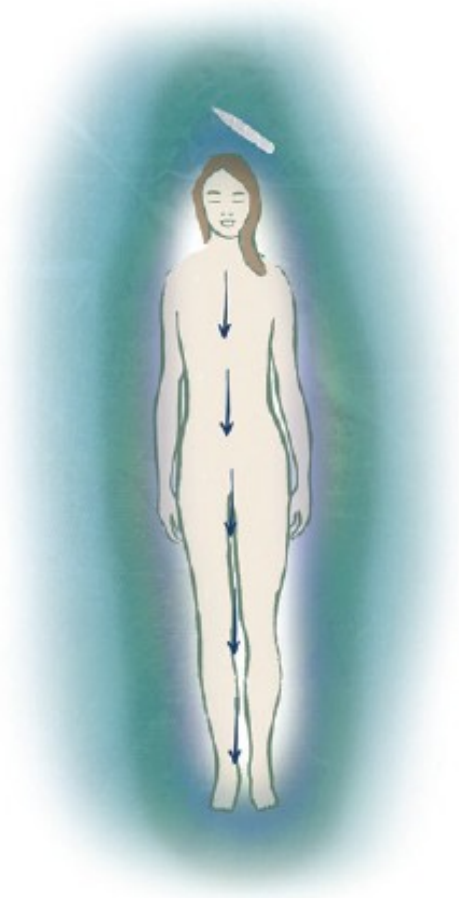
चक्र क्रिस्टल रखने के बाद, अपने पेंडुलम से पूछें कि क्या उसके ऊपर कोई "अवरोध" है।
बारी-बारी से प्रत्येक चक्र पर ध्यान दें। जहाँ भी आपको सकारात्मक प्रतिक्रिया मिले, वहाँ चार छोटे-छोटे कण जोड़ें।
क्वार्ट्ज क्रिस्टल जिनके सिरे चक्र क्रिस्टल की ओर इंगित करते हैं।
जब आप किसी अवरुद्ध चक्र पर रेकी करते हैं, तो उसकी स्थिति की जांच करने के लिए उस पर थोड़ा अधिक समय दें।
ब्लॉक घुल गया है। आप इसे अपने हाथों में महसूस कर सकते हैं, या इसमें बदलाव देख सकते हैं।
रोगी की सांस लेने की गति पर ध्यान दें, मांसपेशियों में होने वाली हलचल को महसूस करें, या सामान्यतः तनाव मुक्ति का अनुभव करें।
ऊर्जा। अगर आपको इसे महसूस करने में कठिनाई हो रही है, तो आप हमेशा अपने पेंडुलम से पूछ सकते हैं।
कुछ मिनटों तक रेकी द्वारा चक्र का उपचार करने के बाद।

रेकी की लय में सुधार
आपकी हथेलियों में स्थित लघु चक्र, जहाँ से रेकी ऊर्जा आपके शरीर से प्रवाहित होती है।
रेकी देने से पहले, क्वार्ट्ज क्रिस्टल से आपके क्लाइंट को अत्यधिक सक्रिय किया जा सकता है।
उपचार। ऐसा करने के लिए, बस क्रिस्टल को अपने दाहिने हाथ में पकड़ें।
बाएं हाथ की हथेली की ओर लगभग एक इंच (2-3 इंच) की दूरी पर समाप्त होता है।
इससे (सेमी) दूर क्रिस्टल रखें। क्रिस्टल को धीरे-धीरे दक्षिणावर्त दिशा में 2-3 मिनट तक घुमाएं और आपको अपने बाएं हाथ की हथेली में एक सनसनी महसूस होने लगेगी। लोग
इस अनुभूति को अलग-अलग तरह से वर्णित किया जाता है, लेकिन अक्सर इसे खिंचाव, गर्मी या झुनझुनी के रूप में बताया जाता है।
हथेली में रखें। फिर हाथ बदलें और चक्र को सक्रिय करने के लिए प्रक्रिया को दोहराएं।
आपका दाहिना हाथ।

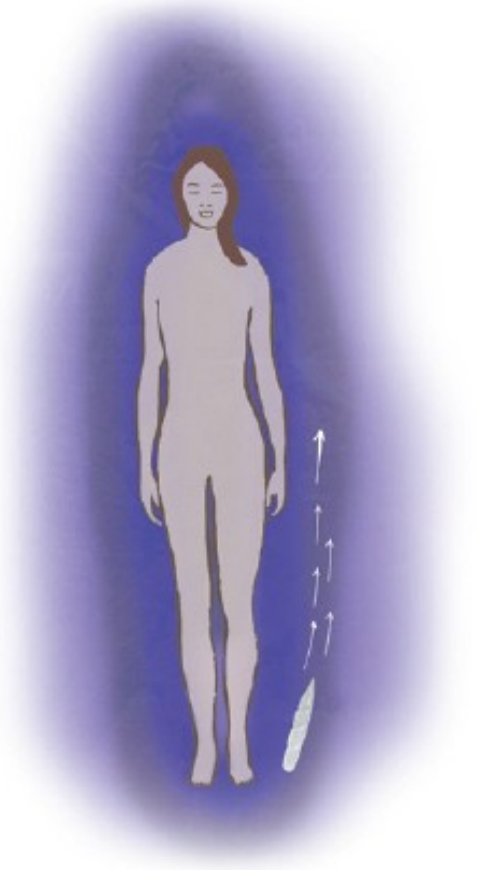
उपचार समाप्त करना
मैं हमेशा किसी भी उपचार को आभा को संवारकर और सील करके समाप्त करना पसंद करता हूं।
क्योंकि यह उपचार को अच्छे से पूरा करता है और दोस्तों और ग्राहकों को प्रभावित करता है।
आरामदायक और सुरक्षित महसूस करना। उपचार के दौरान, ऊर्जा मुक्त होती है।
ग्राहक के चक्रों में कुछ समस्याएं अपने आप ठीक हो जाएंगी, लेकिन कुछ अधूरी ही रह जाएंगी।
उनकी आभा। इस अनुपयोगी ऊर्जा को दूर करने के लिए, बालों में कंघी करने की सलाह दी जाती है।
सेलेनाइट युक्त आभा के लिए, और इसके लिए सेलेनाइट आभा छड़ी सबसे अच्छी होती है क्योंकि यह यह आभा मंडल में प्रवाहित होता है और ऊर्जा की आपकी संवेदनाओं को बढ़ाता है। इससे पहले अपना उपचार शुरू करते समय, अपनी सेलेनाइट ऑरा वैंड से रेकी करना न भूलें।
आपके अन्य सभी क्रिस्टलों के साथ (पृष्ठ 38 देखें), ताकि यह प्रदर्शन के लिए तैयार हो सके।
उपचार का अंत।

आभा की छानबीन करना
अपने ग्राहक के शरीर से सिर से शुरू करके सभी क्रिस्टल निकालने के बाद,
सेलेनाइट ऑरा वैंड को धीरे से उनकी आभा के माध्यम से 2-3 इंच (5-8 सेमी) तक गुजारें।
शरीर के ऊपर, मानो आप लंबे बालों में कंघी कर रहे हों, इस इरादे से कि
वहां जमा हुई किसी भी अनुपयोगी ऊर्जा को धीरे-धीरे बाहर निकालें।
और आप देखेंगे कि सेलेनाइट आभा में ऊर्जा को कैसे बढ़ाता है ताकि आप
कंघी करते समय किसी भी चिपचिपे हिस्से या गांठ को महसूस करें और ध्यान दें। ये चिपचिपे हिस्से कुछ क्षेत्र गर्म या ठंडे, चिपचिपे या असहज, या यहाँ तक कि एक अजीब से एहसास के रूप में महसूस हो सकते हैं।
हल्का सा बिजली का झटका। आप जितनी धीमी गति से चलेंगे, उतना ही अधिक महसूस करेंगे। ग्राहक अक्सर उनका कहना है कि यह बहुत सुकून देने वाला है; यह किसी चीज से बहुत ही कोमल मुक्ति जैसा है।
वे पूरी तरह से पहचान नहीं कर पाते, लेकिन इसे जाने देने से उन्हें बेहतर महसूस होता है।

सेलेनाइट ऑरा वैंड का उपयोग करके ऑरा को संवारें।



आभा को सील करने के लिए सेलेनाइट ऑरा वैंड का उपयोग करें।

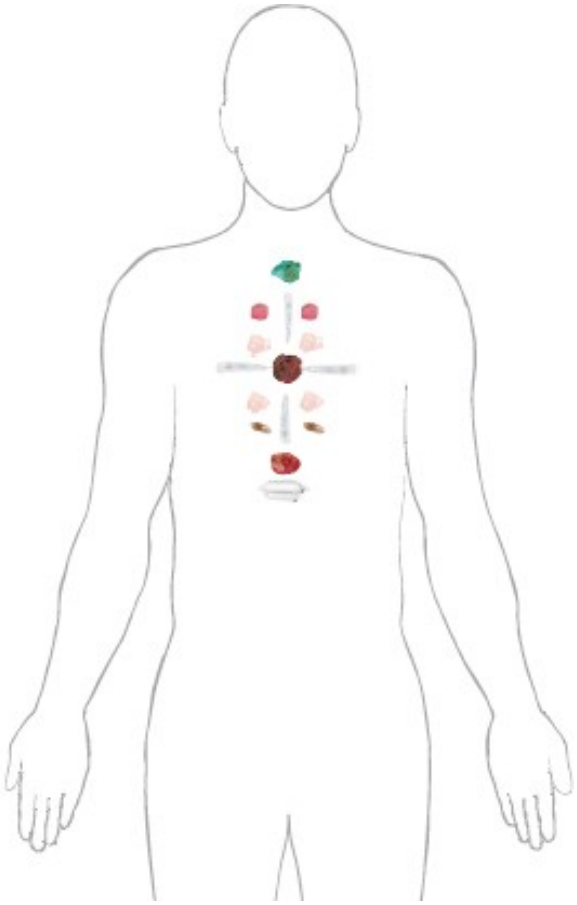


अवांछित ऊर्जा को दूर भगाने के लिए इस जादुई छड़ी का उपयोग करें।

आभा को सील करना
अंतिम चरण में, अपनी सेलेनाइट ऑरा वैंड से ऑरा को सील करना है। इससे ऑरा की अवधि बढ़ जाती है।
यह उपचार ग्राहक के लिए फायदेमंद है और आपके जाने के बाद भी निरंतर उपचार की प्रक्रिया को जारी रखने में मदद करता है।
बस सेलेनाइट ऑरा वैंड को क्षैतिज रूप से पकड़ें और उसे अपने से दूर की ओर इंगित करें।
अपने क्लाइंट के क्राउन चक्र से कुछ इंच (5 सेमी) ऊपर रखें और इसे हिलाएं।
केंद्रीय मध्याह्न रेखा के अनुदिश आभा मंडल में समान रूप से नीचे तक
पैर। आपका इरादा होना चाहिए कि छड़ी किसी भी अस्वस्थ चीज को इकट्ठा कर ले।
आभा में अभी भी ऊर्जा व्याप्त है। फिर, पैरों से इसे वापस ऊपर की ओर ले जाएं।
मुकुट को जितना हो सके ऊपर की ओर फैलाकर आभा को अधिकतम सीमा तक विस्तारित करें।
संभव आकार तक पहुंचने के बाद, छड़ी को फिर से क्राउन चक्र के ऊपर नीचे लाएं।
अंत में, छड़ी को फिर से सीधे पैरों तक नीचे ले जाएं। वहां से, दिशा निर्धारित करें।
किसी खिड़की की ओर छड़ी घुमाकर किसी भी अवांछित ऊर्जा को सीधे बाहर भेज दें; यदि यहाँ कोई खिड़की नहीं है, इसके बजाय छड़ी को क्रिस्टल बॉल की ओर इंगित करें, लेकिन बाद में गेंद को साफ करना न भूलें।
क्रिस्टल रेकी ग्रिड

अब आपने क्रिस्टल रेकी हीलिंग की बुनियादी तकनीकों में महारत हासिल कर ली है।
उपचार के लिए, हम कुछ और उन्नत तरीकों पर विचार कर सकते हैं। यहाँ हम निर्माण करते हैं।
क्रिस्टल रेकी हीलिंग के प्रभाव को बढ़ाने के लिए शरीर पर या उसके आसपास क्रिस्टल ग्रिड का उपयोग किया जाता है।

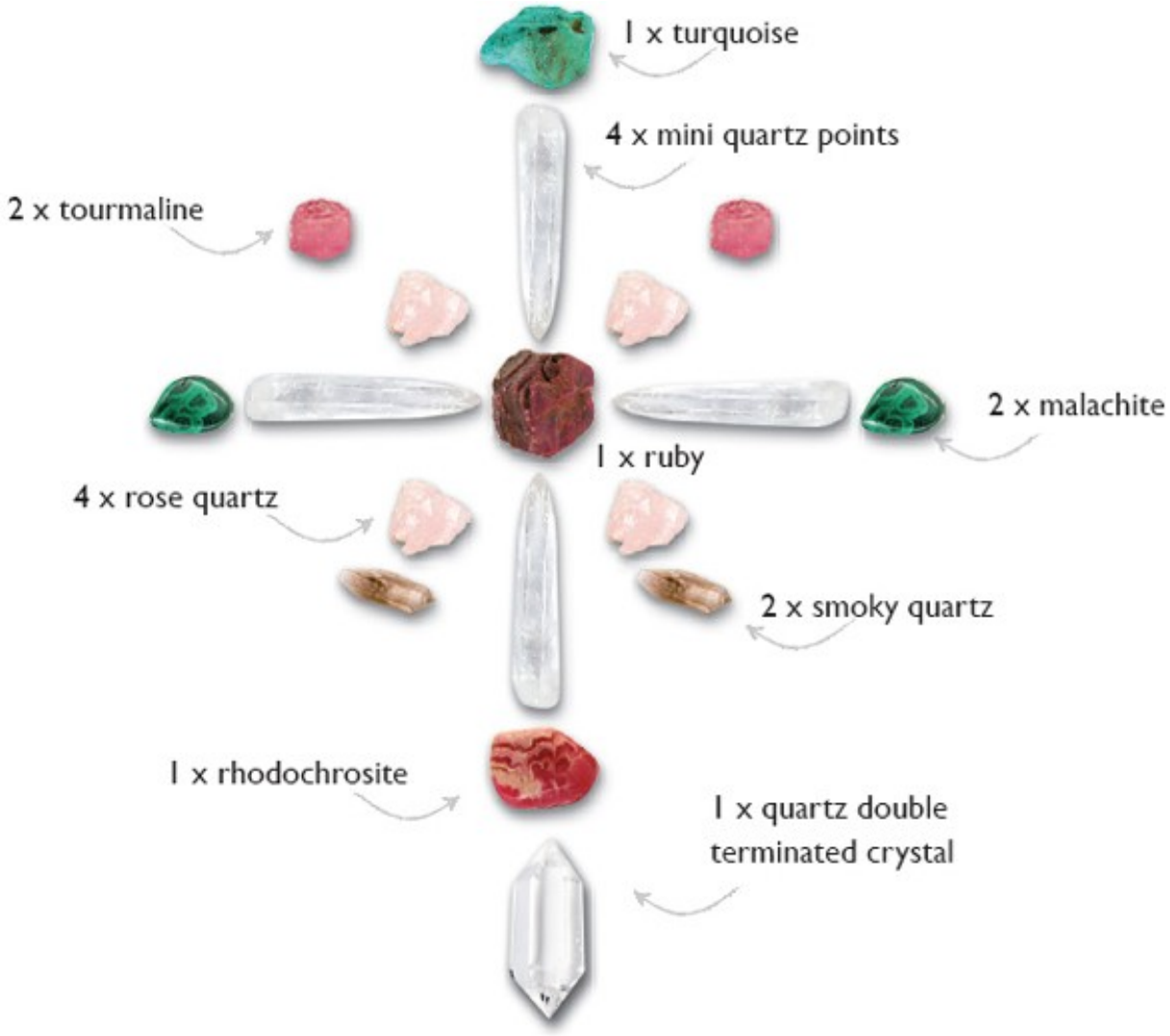
नीचे दिए गए सभी उपचारों के लिए आपको सबसे पहले अपने उपचार की तैयारी करनी चाहिए।
कमरे और खुद पर विशेष ध्यान दें जैसा कि अध्याय 2 में बताया गया है।
अपने पवित्र क्रिस्टल रेकी हीलिंग स्थान और उन क्रिस्टलों को शुद्ध करना जिनका आप उपयोग करेंगे साथ काम करते रहें। क्रिस्टल रेकी सुरक्षा और ग्राउंडिंग करें।
अभ्यास करें और रेकी वातावरण में किसी भी क्रिस्टल को रखें जो आपको उपयोगी लग सकता है।
आवश्यकता है। एक पल रुककर गहरी सांस लें और अपने आप को शांत करें।
क्रिस्टल रेकी हीलिंग गाशो मुद्रा में क्वार्ट्ज मास्टर क्रिस्टल का उपयोग करते समय
कल्पना कीजिए कि रेकी की बैंगनी किरण आपके हृदय चक्र में प्रवाहित हो रही है और धीरे-धीरे
अपने पूरे शरीर को भर लें। अपने क्रिस्टल और रेकी मार्गदर्शकों को अपने साथ जुड़ने के लिए आमंत्रित करें।
(पृष्ठ 21 देखें)।



दिल और भावनाएँ

इस उपचार में हृदय चक्र पर क्रिस्टल ग्रिड लगाया जाता है ताकि एक सुपर-
भावनात्मक कष्ट के किसी भी प्रकार के उपचार के लिए उपयुक्त, ऊर्जायुक्त क्रिस्टल रेकी हीलिंग उपचार।
दिल टूटना या शोक, अतीत में स्थापित भावनात्मक पैटर्न को तोड़ने में मदद कर सकता है।
आपके बचपन या युवावस्था से। साथ ही हृदय और फेफड़ों से संबंधित किसी भी शारीरिक समस्या को दूर करता है।
शिकायतों के मामले में, यह उपचार हृदय चक्र को खोलता है, जो हमें क्षमा करने में मदद करता है।
यह स्वतंत्रता की भावना को बढ़ावा देता है और शारीरिक लक्षणों से राहत दिलाने में मदद करता है।
तनाव से राहत मिलती है। यह आपको अपने कथनी और करनी में समानता लाने में मदद कर सकता है—यानी खुद को अभिव्यक्त करने में।
और "दिल से" संवाद करें और कार्य करें, जिससे बदले में लाभ होता है।
सच्चे प्रेमपूर्ण संबंधों के लिए अवसर।

1. शरीर के केंद्र में रूबी रखकर क्रिस्टल ग्रिड बनाना शुरू करें।
छाती के मध्य में स्थित हृदय चक्र पर। फिर चार छोटी-छोटी गोलियाँ रखें।
इसके चारों ओर क्वार्ट्ज के नुकीले सिरे रूबी की ओर इंगित करते हैं।
जैसा कि चित्र में दिखाया गया है। क्वार्ट्ज़ बिंदुओं के प्रत्येक जोड़े के बीच में एक रोज़ क्वार्ट्ज़ लगा दें।
2. दिखाए गए अनुसार फ़िरोज़ा, मैलाकाइट क्रिस्टल का एक जोड़ा और रोडोक्रोसाइट डालें।
और फिर टूमलाइन और स्मोकी क्वार्ट्ज क्रिस्टल के जोड़े। जैसे ही आप बनाते हैं
इस क्रिस्टल रेकी ग्रिड को इस क्रम में व्यवस्थित करने पर, आप देखेंगे कि यह धीरे-धीरे खुलने लगेगा।
आप।



3. अंत में, दोहरे सिरे वाले क्वार्ट्ज क्रिस्टल को उसकी जगह पर रखें। यदि आप चाहें, आप ग्राहक के पैरों के पास दो हेमेटाइट पत्थर भी रख सकते हैं ताकि उन्हें आराम मिले।
ग्राउंडेड (पृष्ठ 145 देखें)।

4. अपने हाथों को पहली स्थिति में रखें और शरीर के नीचे की ओर बढ़ते जाएं।
प्रत्येक हाथ की स्थिति (पृष्ठ 62-65 देखें) पर तीन मिनट या उससे अधिक समय व्यतीत करें।
इसलिए हर स्थिति में। यदि आप अपने हाथों को शरीर के ऊपर रखने के बजाय शरीर पर रखते हैं, ऐसा सावधानीपूर्वक करें ताकि क्रिस्टल को कोई नुकसान न पहुंचे।
5. उपचार के अंत में, क्रिस्टल को धीरे से निकालें और उन्हें इसमें डाल दें।
सफाई के लिए उपयुक्त पात्र, जैसे कि बेंत की टोकरी या मुलायम अस्तर वाली टोकरी।
कटोरे में डालें। फिर अपनी सेलेनाइट ऑरा वैंड से ऑरा को कंघी करें और सील करें (देखें पृष्ठ 74)।

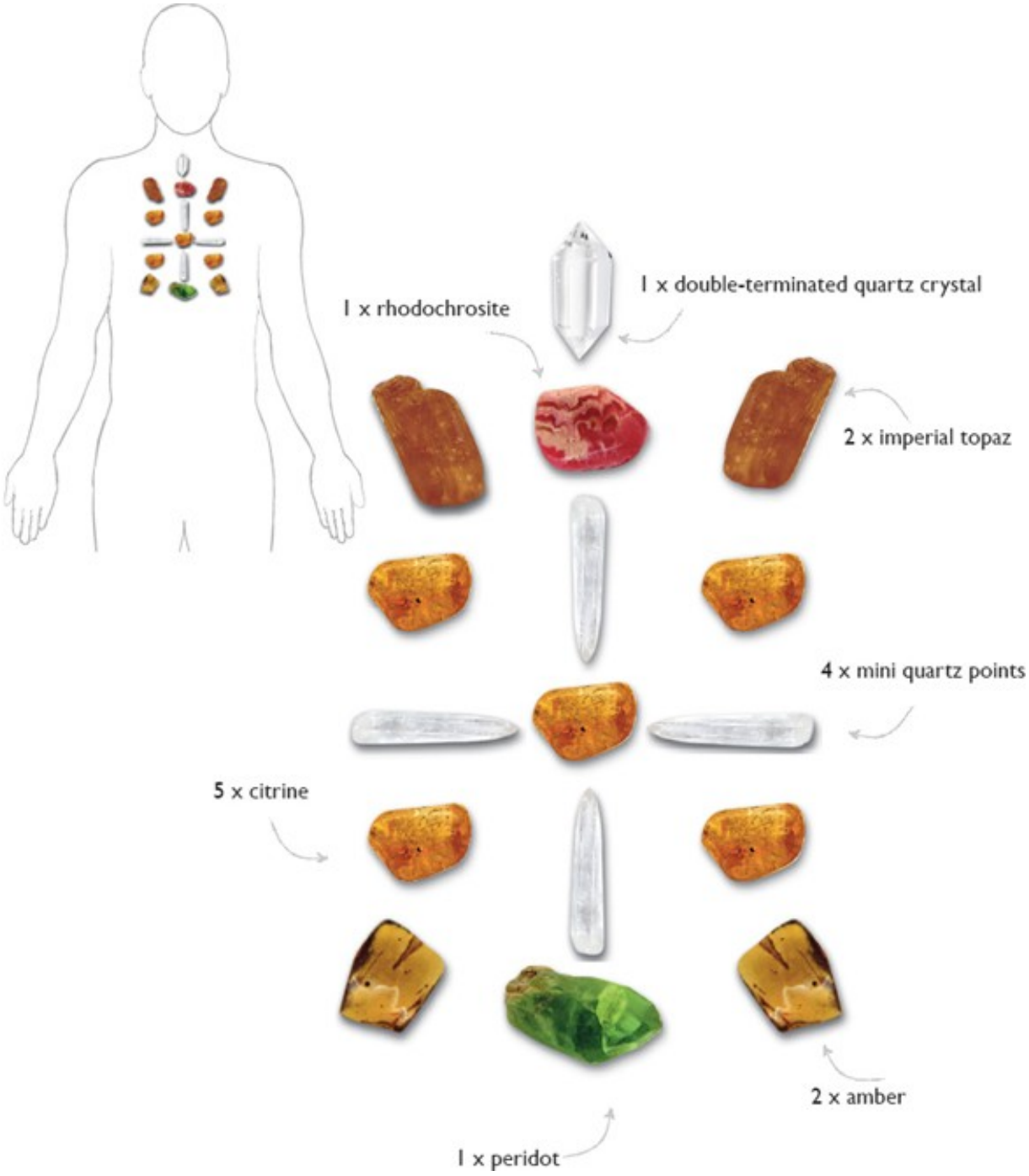
6. अपने क्रिस्टल और रेकी मार्गदर्शकों को धन्यवाद दें, फिर अपने ग्राहक को बताएं कि आपने
उनका इलाज पूरा हो गया है और वे धीरे-धीरे ठीक हो सकते हैं। यह हमेशा अच्छा होता है
अपने ग्राहक को क्रिस्टल रेकी जल (पृष्ठ 50 देखें) भेंट करें, क्योंकि वे अक्सर इसका उपयोग कर सकते हैं।
प्यास लगने पर, अपने आप को हाइड्रेटेड रखना भी याद रखें।
आज का दिन आपके लिए ग्राहकों के उपचार से भरा रहेगा! यदि संभव हो, तो थोड़ा समय निकालें।
उपचार समाप्त होने पर, यदि आप अपने ग्राहक से उनके अनुभव के बारे में बात करना चाहते हैं तो यह एक अच्छा अवसर है।
वे यही चाहते हैं।

शारीरिक शक्ति में वृद्धि
यह ग्रिड सोलर प्लेक्सस पर केंद्रित है। यह शारीरिक और ऊर्जा को बढ़ावा देता है।
कठिन समय में भावनात्मक ऊर्जा और आंतरिक शक्ति। विशिष्ट लाभों में शामिल हैं:
चोटों के शारीरिक उपचार और क्षतिग्रस्त आंतरिक अंगों की मरम्मत में तेजी लाना।
गठिया, सीओपीडी और दीर्घकालिक जैसी पुरानी बीमारियों में ऊतकों का क्षरण हो जाता है।
पाचन संबंधी विकार (उदाहरण के लिए, क्रोहन रोग और कोलाइटिस)। यह भी हो सकता है दीर्घकालिक दर्द से राहत दिलाने में सहायक।

1. सोलर पैनल पर केंद्र में सिट्रीन क्रिस्टल रखकर ग्रिड बनाना शुरू करें।
फिर इसमें अन्य चार सिट्रीन क्रिस्टल और चार मिनी क्वार्ट्ज पॉइंट जोड़ें।
चारों ओर से।

2. रोडोक्रोसाइट को हृदय के ठीक नीचे दो इंपीरियल की मदद से रखें।
पुखराज क्रिस्टल साथ में और दोहरे सिरे वाला क्वार्ट्ज क्रिस्टल लंबवत
ऊपर।

3. अंत में, नीचे पेरिडॉट क्रिस्टल को दोनों तरफ दो एम्बर पत्थरों के साथ जोड़ें।
इसके किनारे पर। यदि आप चाहें, तो आप इसके बगल में दो हेमेटाइट पत्थर भी रख सकते हैं।
ग्राहक के पैरों को स्थिर रखने के लिए (पृष्ठ 145 देखें)।
4. हाथों की विभिन्न स्थितियों को समझने के लिए पृष्ठ 63-64 पर दिए गए चरण 4-6 का अनुसरण करें।
क्रिस्टल हटा दें, आभा को संवारें और सील करें, और अपने मार्गदर्शकों को धन्यवाद दें।



विश्राम
पूरे शरीर पर क्रिस्टल ग्रिड बनाने में थोड़ा धैर्य लगता है, लेकिन यह संभव है।
कुछ बार अभ्यास करने के बाद यह बहुत आसान हो जाता है। यह लेआउट आपके क्लाइंट को उनके जीवन के तनाव और दबाव से राहत दिलाने के लिए बनाया गया है।
रोजमर्रा की जिंदगी। यह उन्हें अपनी चिंताओं और परेशानियों को भूलकर बस आराम करने की अनुमति देता है।

पूर्णतः गहन विश्राम की अवस्था में होना। यह सचमुच एक उपचार है!
किसी भी तनावपूर्ण स्थिति और तनाव से बिगड़ने वाली समस्याओं के लिए बहुत अच्छा है।
उदाहरण के लिए, त्वचा संबंधी समस्याएं, जैसे सोरायसिस और एक्जिमा, और पाचन संबंधी समस्याएं।
चिड़चिड़ा आंत्र सिंड्रोम जैसे विकार—साथ ही भावनात्मक विकार,
जैसे कि सामाजिक भय और अवसाद।

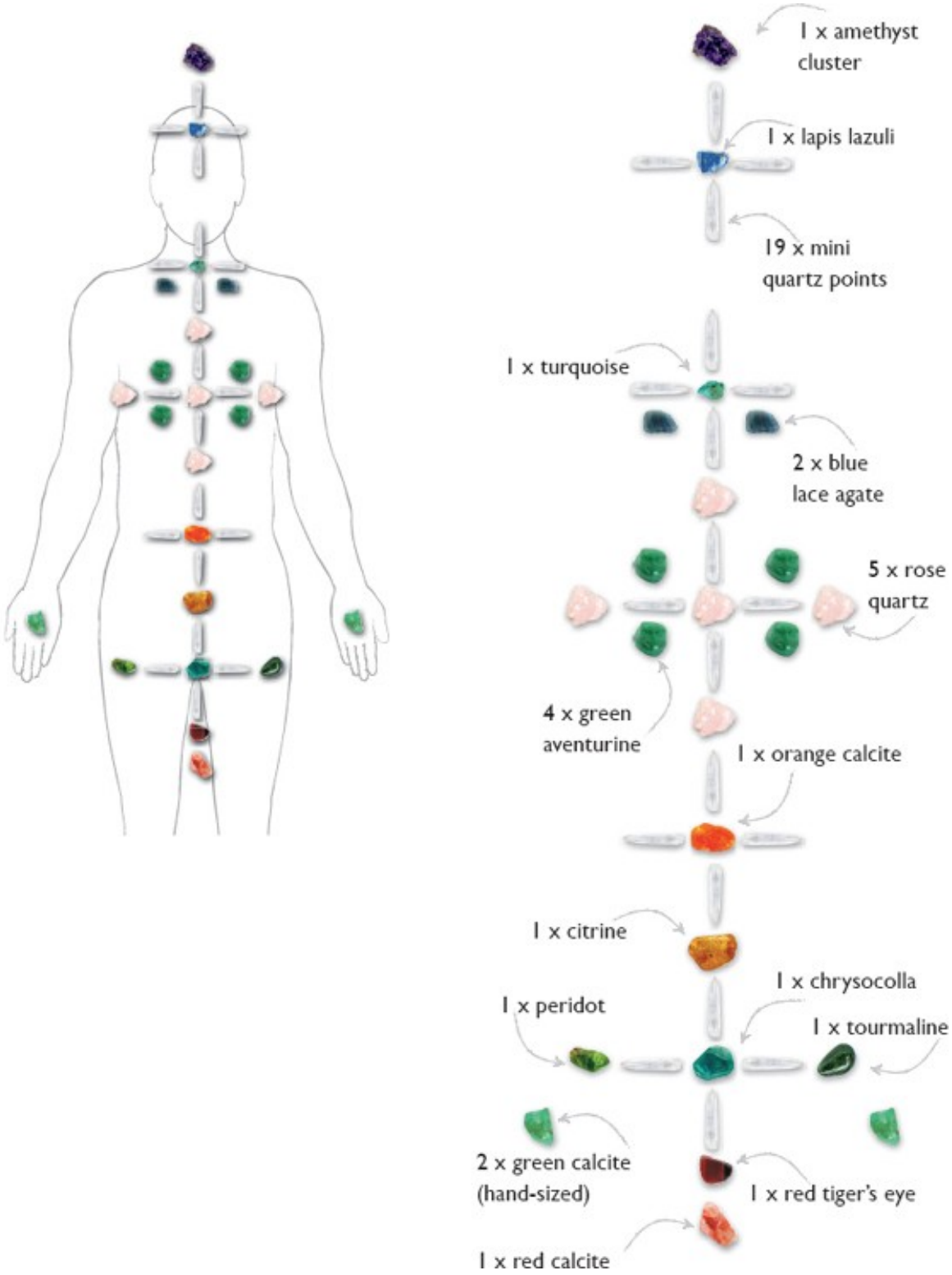
1. अपने प्रत्येक ग्राहक के हाथ में एक हरा कैल्साइट क्रिस्टल रखें।

2. लेआउट को रखना जारी रखें, सबसे ऊपर नीलमणि के गुच्छे से शुरू करें।
मुकुट से लेकर शरीर के नीचे तक, लैपिस लाजुली को केंद्र में रखें।
माथे पर, फिर बहुत सावधानी से उसके चारों ओर चार छोटे क्वार्ट्ज पॉइंट लगाएं।
उनके सिरे लैपिस लाजुली से दूर की ओर होने चाहिए। सावधान रहें कि
इन्हें रखते समय इन्हें लुढ़कने या फिसलने न दें, क्योंकि आप इनके बहुत करीब हैं।
आँखें।

3. फिरोजा को गले पर रखें और उसके चारों ओर चार छोटे क्वार्ट्ज़ पॉइंट लगाएं।
इसके सिरे बाहर की ओर निकले हुए हैं। दो नीले लेस एगेट क्रिस्टल
इसे फ़िरोज़ी रंग के नीचे लेकिन काफी करीब रखा जाना चाहिए, साथ में एक छोटा सा
उनके बीच में क्वार्ट्ज का एक बिंदु है जो शरीर के केंद्र की ओर सीधा नीचे की ओर इंगित करता है।

4. अब हृदय चक्र के चारों ओर ग्रिड बनाएं। यह एक सुंदर हिस्सा है।
लेआउट, इसलिए एक पल रुकें और अपने क्रिस्टल रेकी गाइड से संपर्क करें।
उनसे मार्गदर्शन करने के लिए कहें (पृष्ठ 21 देखें)। एक रोज़ क्वार्ट्ज़ पत्थर रखें।
छाती के मध्य में। दिखाए गए अनुसार चारों मिनी क्वार्ट्ज़ पॉइंट्स को रखें।
इसके सिरे इस केंद्रीय रोज़ क्वार्ट्ज़ की ओर इंगित करते हैं। इनके बीच में,
चारों एवेंट्यूरिन पत्थरों को रखें और अंत में एक और रोज़ क्वार्ट्ज़ पत्थर लगा दें।
प्रत्येक छोटे क्वार्ट्ज़ बिंदु की सुंदरता को निहारने के लिए कुछ क्षण रुकें...

5. इसके बाद, नारंगी कैल्साइट को चार छोटे क्वार्ट्ज बिंदुओं के साथ अंदर की ओर इंगित करते हुए रखें।
सौर जाल चक्र पर इसकी ओर, और त्रिकास्थि चक्र पर क्राइसोकोला।
इसके चारों ओर उसी तरह से चार क्वार्ट्ज मिनी पॉइंट लगाएं। सिट्रीन जोड़ें।
उनके बीच क्रिस्टल रखें। पेरिडॉट और टूमलाइन को दोनों ओर रखें।
त्रिकास्थि चक्र की व्यवस्था करें, और अंत में लाल बाघ की आँख और लाल रंग लगाएं।
आधार चक्र पर कैल्साइट।


1 x amethyst cluster
1 x lapis lazuli
19 x mini quartz points
1 x turquoise
2 x blue lace agate
5 x rose quartz
4 x green aventurine
1 x orange calcite
1 x citrine
1 x chrysocolla
1 x peridot
1 x tourmaline
2 x green calcite (hand-sized)
1 x red tiger's eye
1 x red calcite

6. [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] 63-64 [illegible] [illegible] [illegible] 4-6 [illegible] [illegible] [illegible], [illegible] [illegible] [illegible], [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]

थोड़ा अतिरिक्त समय दें ताकि आपको उन्हें जल्दबाजी में बाहर निकालने की जरूरत न पड़े।
समाप्त। यदि आवश्यक हो तो उन्हें ग्राउंड करने के लिए हेमेटाइट दें।

आध्यात्मिक जागरूकता
यह लेआउट आपके ग्राहक की ऊर्जा प्रणाली के माध्यम से ऊर्जा को ऊपर की ओर भेजने के लिए डिज़ाइन किया गया है।
उन्हें रेकी के स्रोत से जुड़ने में मदद करने के लिए। यह क्लाइंट को अधिक जागरूक बनाता है।
उनके शरीर के भीतर की ऊर्जाओं के साथ-साथ लोगों के बीच ऊर्जावान आदान-प्रदान भी शामिल है।
यह मानसिक घटनाओं और आध्यात्मिक संबंधों में सहायक हो सकता है। यह कई चीजों में मदद कर सकता है।
मन से जुड़ी स्थितियाँ, जैसे कि सुस्ती और भ्रम, साथ ही साथ
प्राप्तकर्ता को जीवन में सही दिशा खोजने और उनके सवालों के जवाब ढूंढने में मदद करना।
प्रश्न। लेआउट शरीर की मध्य रेखा के साथ-साथ चलता है, जितना सीधा हो सकता है।
व्यावहारिक।

इस उपचार से आमतौर पर ग्राहक और रोगी दोनों को ही उत्साह का अनुभव होता है।
क्रिस्टल रेकी उपचारक। इसके प्रभाव अक्सर सूक्ष्म होते हैं और समय के साथ महसूस किए जा सकते हैं।
इसके बाद दो से तीन सप्ताह का समय बीत जाता है। इस दौरान, कुछ लोगों के लिए यह असामान्य नहीं है।
ग्राहकों में मामूली शारीरिक लक्षण विकसित हो सकते हैं, जैसे कि सर्दी या पेट खराब होना।
जैसे-जैसे उनकी आध्यात्मिकता के प्रति गहरी जागरूकता विकसित होती है। रेकी के माध्यम से क्रिस्टलों के माध्यम से निर्देशित होकर, यह सूक्ष्म रूप से आपके सोचने के तरीके को बदलता है और चुनौती देता है।
आपकी दुनिया की समझ और कभी-कभी हमारा शरीर थोड़ी प्रतिक्रिया करता है।

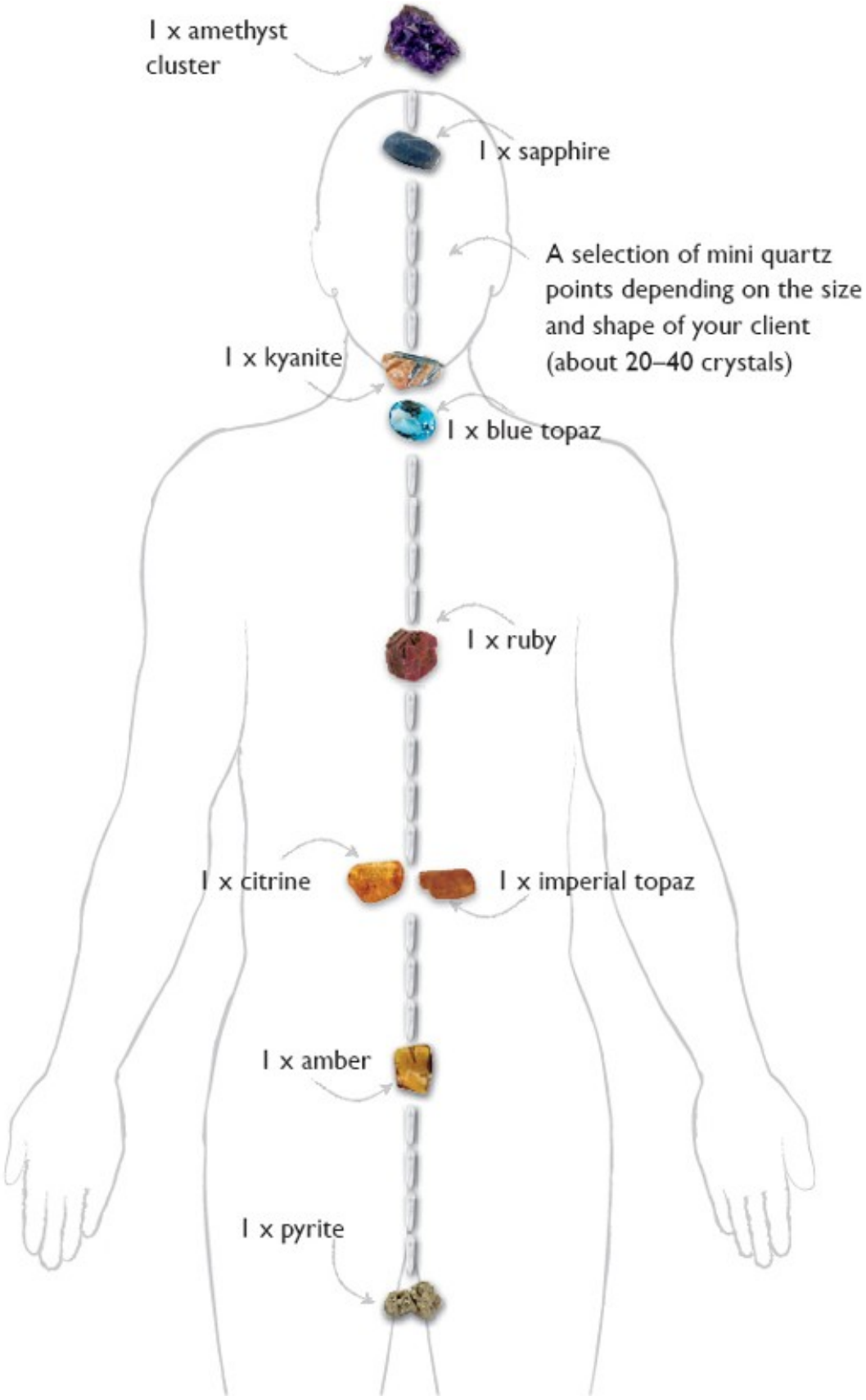
चिंता की कोई बात नहीं है और आपकी ऊर्जा सामान्य होते ही यह जल्दी ठीक हो जाएगा।
और आंतरिक समझ गहरी होती जाती है।

1. आधार चक्र से ऊपर की ओर पत्थरों को रखना शुरू करें, पाइराइट, एम्बर आदि से शुरू करें।
सिट्रिन, रूबी, काइनाइट, नीलम और एमेथिस्ट सातवें भाव पर क्रम से समूह बनाते हैं।
प्रमुख चक्र। फिर शाही पुखराज को सिट्रीन के बगल में रखें और
काइनाइट के नीचे नीला पुखराज।

2. फिर से आधार से शुरू करें और सभी रिक्त स्थानों को मिनी क्वार्ट्ज़ पॉइंट्स से भरें।
सिरे मुकुट की ओर निर्देशित हों। यदि संभव हो, तो प्रत्येक को एक साथ रखने का प्रयास करें।
क्रिस्टल एक दूसरे को इस तरह से स्पर्श करते हैं कि रेखा में कोई अंतराल न हो।

3. इस उपचार के लिए, पृष्ठ 62-65 पर दिए गए हाथों की विभिन्न स्थितियों का अभ्यास करें।
उल्टा करें। अपने हाथों को अंतिम स्थिति (15 वीं) में रखकर शुरू करें और काम करें।
पैरों से शरीर के ऊपर की ओर पीछे की ओर। इसका उपयोग करना व्यावहारिक नहीं हो सकता है।
खोपड़ी हाथ की स्थिति (चौथी) यदि चेहरे और सिर पर क्रिस्टल हैं
अपनी जगह से खिसक जाने की संभावना है

4. [redacted], [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] 77 [redacted] [redacted] [redacted] 5-6 [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted]


1 x amethyst cluster
1 x sapphire
A selection of mini quartz points depending on the size and shape of your client (about 20–40 crystals)
1 x kyanite
1 x blue topaz
1 x ruby
1 x citrine
1 x imperial topaz
1 x amber
1 x pyrite

आभा का उपचार

हम अपनी आभा के माध्यम से हर किसी और हर चीज से संवाद करते हैं। जब आपकी
आपकी आभा मजबूत और स्वस्थ है, आप बिना थके लोगों से बातचीत कर सकते हैं।
और थका हुआ। जब यह जर्जर हो जाता है, तो आपको इसके प्रभाव महसूस होने लगते हैं।
जैसे दूसरों की ऊर्जा आप पर पड़ती है। आपकी आभा आपकी रक्षा करती है और आपकी ऊर्जा को छानती है।
बाहरी दुनिया के साथ अनुभव। जब आपका औरा मजबूत होता है, तो यह मदद करता है।
यह आपको संक्रमण और सर्दी-जुकाम से बचाता है, और इस प्रक्रिया में आपकी भावनात्मक स्थिरता बनाए रखता है।
कई गुना, और आप अपने हर काम में अधिक केंद्रित रहते हैं। यह उपचार आपकी ऊर्जा को बढ़ाता है।
आत्मविश्वास; यह सूक्ष्म होता है, और अक्सर, कुछ दिनों बाद, लोग पाते हैं कि वे
उन्हें ऐसे सरल काम करने की शक्ति मिली है जिन्हें वे पहले कभी करने की कोशिश भी नहीं करते थे।

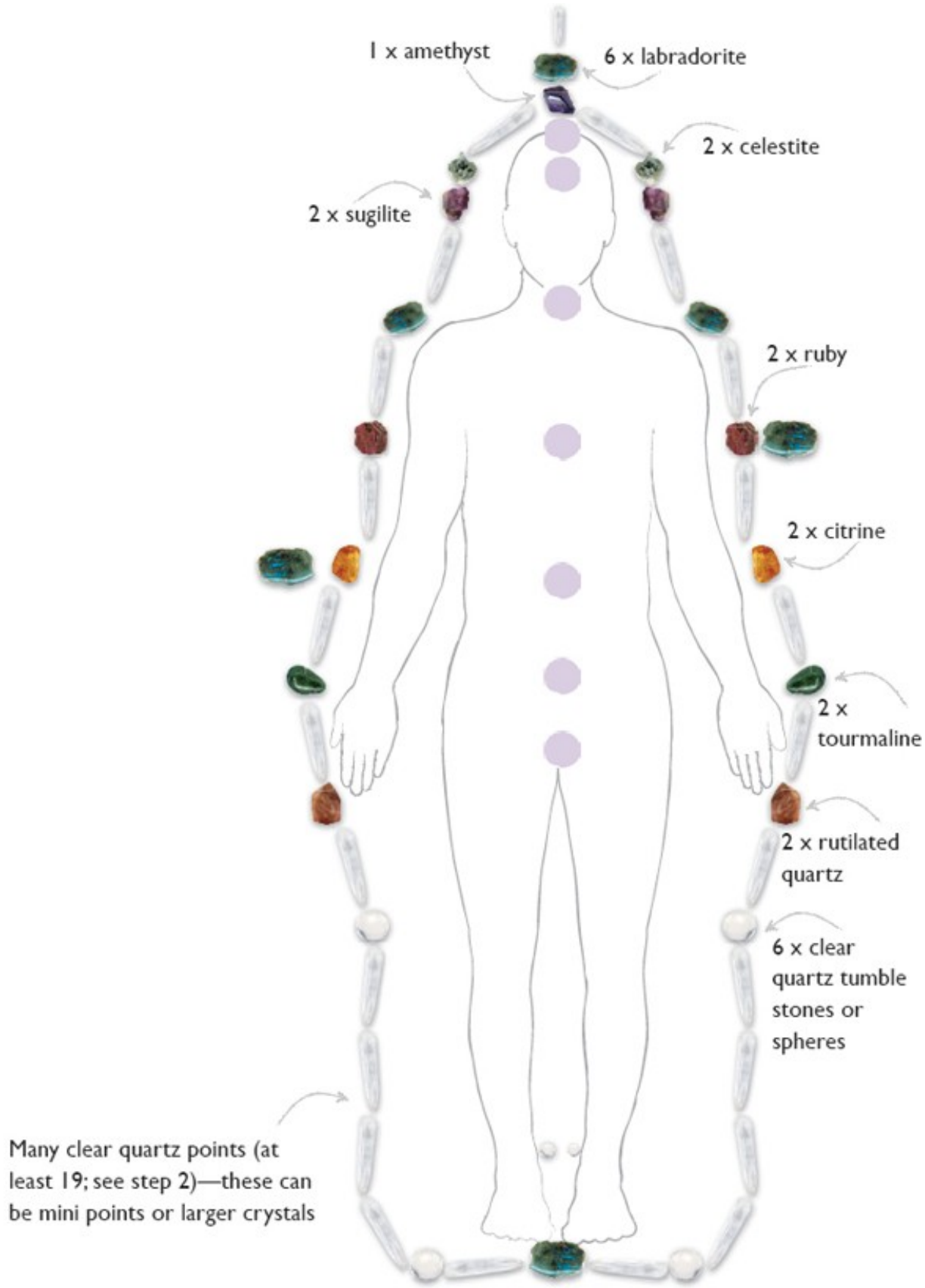
इस उपचार में, क्रिस्टल को व्यक्ति के चारों ओर एक विशिष्ट क्रम में रखा जाता है।
शरीर पर नहीं, बल्कि उनके चारों ओर एक क्रिस्टल "अंडा" बनाते हुए। आप इसे सेट कर सकते हैं।
यदि आप चाहें तो उनके आने से पहले इसे तैयार कर लें, ताकि वे बस क्रिस्टल में लेट जाएं।
जब वे आएं तो उन्हें अंडा दें। यदि आप कई ग्राहकों का इलाज कर रहे हैं, तो आप इस लेआउट को ऐसे ही छोड़ सकते हैं।
एक-एक करके लोगों का इलाज करते रहें, जब तक आप क्रिस्टल को साफ करते रहें और
प्रत्येक उपचार से पहले थोड़ी जगह छोड़ दें। फर्श पर काम करना बेहतर है बजाय किसी ऊँची जगह पर काम करने के।
इस उपचार के लिए थेरेपी बेड उपलब्ध है ताकि आपको जगह की कमी की समस्या न हो।

ध्यान दें कि आरेख में चक्रों को केवल यह बताने के लिए शामिल किया गया है कि वे कहाँ स्थित हैं।
शरीर के चारों ओर क्रिस्टल स्थित हैं। उदाहरण के लिए, दो रूबी
क्रिस्टल हृदय के अनुरूप हैं, और दो सुगिलाइट क्रिस्टल इसके अनुरूप हैं।
भौंह।

1. सबसे पहले एमेथिस्ट को क्राउन चक्र के ऊपर रखें, फिर दो सेलेस्टाइट रखें।
मुकुट के दोनों ओर क्रिस्टल, और दोनों ओर दो सुगिलाइट क्रिस्टल
भौंह चक्र। लैब्राडोराइट के दो पत्थर भौंह चक्र के दोनों ओर रखे गए हैं।
पहले कंठ चक्र, फिर हृदय के पास माणिक्य, और सौर जाल के पास सिट्रीन।
त्रिकास्थि चक्र के पास टूमलाइन, और इसके दोनों ओर रटिलेड क्वार्ट्ज क्रिस्टल।
आधार चक्र। घुटनों के पास दो साफ क्वार्ट्ज पत्थर रखें, दो को...
पैर, और क्रिस्टल द्वारा निर्मित अंडाकार आकृति के अंदर एड़ियों के पास दो निशान।
अब शेष चार लैब्राडोराइट क्रिस्टल जोड़ें: एक क्रिस्टल एमेथिस्ट के ऊपर रखें।
मुकुट पर, हृदय के दाहिनी ओर रूबी के बाहर एक, बाहर एक
सोलर प्लेक्सस के बाईं ओर स्थित सिट्रीन और सबसे नीचे स्थित अंतिम सिट्रीन।
पैरों के ठीक नीचे अंडाकार आकृति के केंद्र में रखें। अंत में, एक साफ क्वार्ट्ज़ बिंदु रखें।
एमेथिस्ट और लैब्राडोराइट के ऊपर सिर से दूर की ओर इशारा करते हुए
ताज।

2. क्रिस्टल अंडे को पूरा करने के लिए क्वार्ट्ज़ पॉइंट्स जोड़ें। यदि आपके पास पर्याप्त हैं क्वार्ट्ज़ पॉइंट्स, सभी क्रिस्टलों को छूते हुए अंडे को पूरा करें, लेकिन अगर आप
अगर आपके पास पर्याप्त मात्रा में नहीं है, तो बस क्रिस्टलों को समान रूप से फैलाकर रखने की कोशिश करें और
सुनिश्चित करें कि अन्य सभी प्रकार के क्रिस्टलों के बीच कम से कम एक क्वार्ट्ज क्रिस्टल अवश्य हो।
क्रिस्टल—सिवाय मुकुट (सेलेस्टाइट) और भौंह (सुगिलाइट) के, जहाँ
आमतौर पर ऐसा करने के लिए पर्याप्त भौतिक स्थान नहीं होता है। क्वार्ट्ज की संख्या
क्रिस्टलों की आवश्यकता व्यक्ति की ऊंचाई के आधार पर अलग-अलग होगी।
उपचार।

3. हाथों की विभिन्न स्थितियों को समझने के लिए पृष्ठ 63-64 पर दिए गए चरण 4-6 का अनुसरण करें।
क्रिस्टल हटा दें, आभा को संवारें और सील करें, और अपने मार्गदर्शकों को धन्यवाद दें।


1 x amethyst
6 x labradorite
2 x celestite
2 x sugilite
2 x ruby
2 x citrine
2 x tourmaline
2 x rutilated quartz
6 x clear quartz tumble stones or spheres
Many clear quartz points (at least 19; see step 2)—these can be mini points or larger crystals

अध्याय 4

अपनी दुनिया को बेहतर बनाएं
क्रिस्टल रेकी
अपने घर को एक सुंदर रेकी वातावरण में बदलें
और क्रिस्टल के साथ काम करने के अन्य तरीके खोजें रेकी, जैसे कि दूरस्थ उपचार, तनाव को शांत करना, और पशुओं और पौधों का उपचार करना।

घर पर क्रिस्टल रेकी

क्रिस्टल अपने आसपास की ऊर्जाओं को बदल देते हैं। वे रेकी ऊर्जा को बढ़ाते हैं और
वे अपने आसपास की हर चीज को प्रभावित करते हैं। क्या आपने कभी उस एहसास को महसूस किया है जब आप एक नया क्रिस्टल घर लाएं, क्रिस्टल की दुकान में जाएं, या किसी ऐसे दोस्त से मिलने जाएं जो क्या इसमें बहुत सारे क्रिस्टल हैं? वे आपके लिविंग रूम के वातावरण को प्रभावित कर सकते हैं। कार्यालय, रसोई, बाथरूम और शयनकक्ष, साथ ही आपका थेरेपी कक्ष (देखें
पृष्ठ 48)। आप अपने जीवन के हर कोने में क्रिस्टल ला सकते हैं।

आप किसी भी कमरे की ऊर्जा को किसी भी उद्देश्य के लिए बदल सकते हैं या केंद्रित कर सकते हैं। उदाहरण के लिए, आप अपने थेरेपी रूम को शांत और आरामदायक बनाना चाह सकते हैं या
आपका भोजन कक्ष सौहार्दपूर्ण और सामाजिक रूप से संवादात्मक होगा। जब आप निर्णय ले लें
आप प्रत्येक कमरे या क्षेत्र से क्या अपेक्षा रखते हैं और आप उसमें कैसा वातावरण चाहते हैं, उसे चुनें।
कुछ क्रिस्टल। आप क्रिस्टल खोजक (पृष्ठ 105 देखें) से सुझाव ले सकते हैं।
अपने पेंडुलम से मदद लें (पृष्ठ 42 देखें), या बस उन क्रिस्टलों का चयन करें जो आपको पसंद हों। आकर्षित करने वाला—मेरा मानना है कि क्रिस्टल भी आपको चुनते हैं! जब आपने अपना क्रिस्टल चुन लिया है
क्रिस्टलों पर कुछ मिनटों के लिए रेकी करें (पृष्ठ 38 देखें)। इससे मदद मिलती है
क्रिस्टल रेकी ऊर्जा किरण से जुड़ जाते हैं और और भी बेहतर प्रदर्शन करते हैं।

इन क्रिस्टलों की ऊर्जा को निर्देशित करने के लिए, कुछ क्वार्ट्ज क्रिस्टल पॉइंट लाएँ और
उन्हें कमरे के किनारों पर इस तरह रखें कि सभी का मुख एक ही दिशा में हो, या तो अंदर की ओर
कमरे की ओर या दीवारों की ओर इशारा करते समय, वे कमरे को अंदर की ओर या बाहर की ओर इशारा करेंगे। जब वे अंदर की ओर इशारा कर रहे होंगे, तो वे
कमरे में ऊर्जा का संचार करें—ध्यान केंद्रित करने के लिए अच्छा है। उन्हें उस ओर इंगित करें।
दीवारें ऊर्जा को बाहर निकालने में मदद करेंगी—दिन के अंत में बहुत अच्छा लगता है।
जब आप आराम करना चाहें, तो नहाने के आसपास यह तरीका आजमाएं: इसमें कुछ और चीज़ें मिलाएं।
रोज़ क्वार्ट्ज़ के खुरदुरे पत्थर को पानी में सावधानी से डालें—ध्यान रखें, ताकि खरोंच न लगे।
स्नान करें—एक मोमबत्ती और कुछ अगरबत्ती जलाएं, फिर स्वयं को क्रिस्टल रेकी दें।
तनाव से पूरी तरह मुक्त होने और आराम पाने के लिए स्व-उपचार।

कमरा दर कमरा

आपके घर का आकार या आपके स्थान का उद्देश्य कुछ भी हो, क्रिस्टल आपके लिए उपयोगी हो सकते हैं।
भावना को बढ़ाएं। वे आपके वातावरण में प्राकृतिक सुंदरता लाते हैं। जोड़ें
अपने क्रिस्टलों को थोड़ी रेकी दें और देखें कि वे आपकी दुनिया कैसे बदल देते हैं। क्रिस्टल में ये क्षमताएं होती हैं।
एक ही कमरे के भीतर विशिष्ट क्षेत्रों को बेहतर बनाएं, इसलिए भले ही आपके पास स्टूडियो हो।
अपने अपार्टमेंट में आप अलग-अलग क्रिस्टल रखने के लिए इस सलाह का पालन कर सकते हैं।
उनका उद्देश्य—उदाहरण के लिए, किसी स्थान पर शांति लाना ताकि व्यक्ति विश्राम कर सके
और काम या पढ़ाई के किसी अन्य क्षेत्र पर ध्यान केंद्रित करने के लिए प्रोत्साहित करना। आप यह भी कर सकते हैं।
प्रतीकों की कल्पना करके और उन्हें बनाकर (चाहे शाब्दिक रूप से) किसी भी कमरे में रेकी का प्रयोग किया जा सकता है।
कमरे के चारों ओर (या हवा में) रेकी से संबंधित कलाकृतियाँ और चित्र लटकाने से भी ऊर्जा का संचार होता है।
शक्तिशाली ऊर्जा में प्रवेश करें। नीचे कुछ सुझाव दिए गए हैं जो आपको इस बात को समझने में मदद करेंगे।
क्रिस्टल रेकी की संभावनाओं का घर।

कार्नेलियन

हरा मॉस एगेट

ओब्सीडियन

जेट

सिट्रीन

रसोईघर

• व्यंजनों पर ध्यान केंद्रित करने में आपकी मदद करने के लिए, रसोई में कार्नेलियन और पाइराइट रखें।

• सिट्रीन और टूमलाइन रचनात्मकता को बढ़ावा देते हैं, जिससे आपको अधिक सक्षम बनने में मदद मिल सकती है।
खाना पकाने में रचनात्मक बनें।

• कार्नेलियन, मस्कोवाइट, फुलगुराइट, ग्रे बैंडेड या ग्रीन मॉस एगेट, पाइराइट,
ओब्सीडियन, जेट, वायलेट फ्लेम ओपल, लेपिडोलाइट, टूमलाइन, लैब्राडोराइट
क्राइसोकोला, पेरिडॉट, पीला जैस्पर, टाइगर आई और सिट्रीन सभी इसमें सहायक होते हैं।
ये रसोई में आसानी से मिल जाते हैं और पाचन के लिए भी अच्छे होते हैं।

• अगर आपको खाना बनाते समय कभी-कभी थोड़ा सा खोया-खोया सा महसूस हो, तो ओब्सीडियन और जेट आपको शांत करने में मदद करते हैं।

• अपनी थाली में रखे भोजन के ऊपर अपने हाथ रखकर उसे रेकी ऊर्जा प्रदान करें।
उस रेकी ऊर्जा को प्रवाहित होने दें। आप अपने बर्तनों, कड़ाही और प्लेटों को भी रेकी से अभिमंत्रित कर सकते हैं।
खाना बनाते समय। (यदि आप ऐसी स्थिति में हैं जहाँ आप निश्चित नहीं हैं)
खाने की गुणवत्ता के बारे में, खाने से पहले हमेशा रेकी करें और सिट्रीन साथ रखें।
(जो वास्तव में मतली और खाद्य विषाक्तता के मामलों को रोकने और कम करने में मदद करता है।)

भोजन कक्ष

• पाचन क्रिया में सहायता के लिए कमरे में क्रिस्टल रखें (रसोई के सुझाव देखें)
ऊपर)।

• इसमें कुछ सुकून देने वाला एमेथिस्ट, शांत करने वाला कैल्साइट और कुछ नीले लेस एगेट मिलाएं या काइनाइट का उपयोग बातचीत को सुचारू रूप से चलाने में मदद करने के लिए किया जाता है।

• औपचारिक भोजन की मेज के बीचोंबीच रखा क्रिस्टल का सेंटरपीस बेहद खूबसूरत लगता है।
और यह ऊर्जा और सौंदर्य दोनों ही दृष्टि से भोजन पर ध्यान केंद्रित करता है।

मेहमानों के आने से पहले कमरे में रेकी मंत्रों का निर्माण करके कमरे को रेकी से परिपूर्ण करें।
कमरा।

बैठक कक्ष
लिविंग रूम कई कामों के लिए उपयोगी होते हैं, इसलिए आप यहां अपनी पसंद के अनुसार इसे सजा सकते हैं।
अपने क्रिस्टल का चुनाव करें। सोचें कि आप अपने लिविंग रूम में क्या करते हैं और कैसे
आप वहां होने का एहसास करना चाहेंगे और उसी के अनुसार क्रिस्टल चुनें। अपनी अंतरात्मा की आवाज़ सुनें, जांच करें।
क्रिस्टल फाइंडर (पृष्ठ 105 देखें) का उपयोग करें और अपने पेंडुलम (पृष्ठ 42 देखें) से पूछें कि क्या
आपको संदेह है। निम्नलिखित सुझाव मेरे अपने जीवन के अनुभव पर आधारित हैं।
कमरा: मैं वहां लगभग साठ क्रिस्टल रखता हूं, सभी अलग-अलग उद्देश्यों के लिए।

• नीलम का एक टुकड़ा मन को शांति प्रदान करता है और ऊर्जा को लगातार तरोताजा करता रहता है।

• हिमालयन नमक का लैंप कमरे को तरोताजा रखने के लिए नकारात्मक आयन उत्पन्न करता है।

• सेलेस्टाइट का संबंध सपनों से है, और चकमक पत्थर का संबंध प्रागैतिहासिक औजारों से है।
यह आपको पूर्वजों को याद रखने और उनसे जुड़ने में मदद करता है।
• सुरक्षा के लिए, खिड़की की चौखट पर पाइराइट और टूमलाइन औषधि रखें।

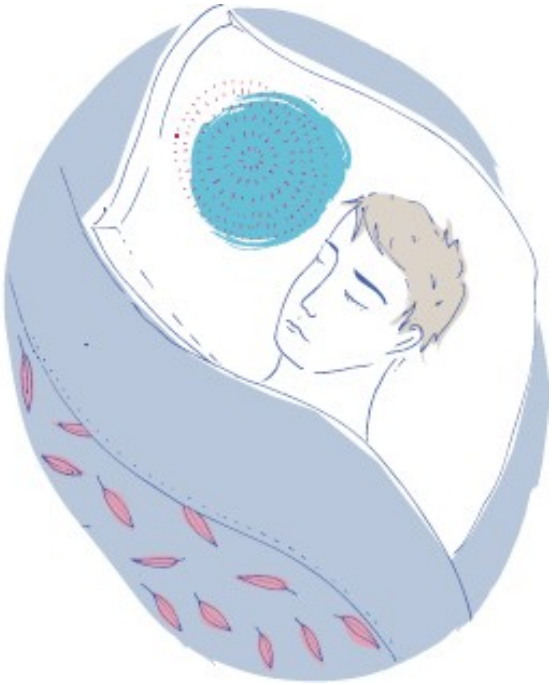
पहिया (मेरे पास खिड़की के पास एक पहिया है, जिसके अंदर से एक बार सेंध लगाई गई थी)।

• आध्यात्मिकता से जुड़ाव के लिए, मेरे पास एक तंजानाइट बुद्ध प्रतिमा, क्वार्ट्ज बुद्ध प्रतिमा और एक अन्य वस्तु है।
उल्कापिंड।

• एक बड़ा टूर्मलिनयुक्त सिट्रीन क्रिस्टल आनंद और खुशी लाता है।

• लेमुरियन क्वार्ट्ज क्रिस्टल मेरे घर का मुख्य क्रिस्टल है, क्योंकि मैं अपने काम के दौरान इसे अपने घर में रखता हूँ।
मेरे शोरूम में मेरे हीलिंग रूम में क्रिस्टल हैं और इन्हें हमेशा रखना अच्छा होता है।
एक सुविधाजनक।

• किसी उद्देश्य या स्मृति से जुड़े क्रिस्टल भी एक बेहतरीन विकल्प हैं।
मेरे लिविंग रूम में एक खास क्रिस्टल मित्र क्वार्ट्ज क्रिस्टल है, जिसका उपयोग किया जाता है।
मेरे पहले मेडिटेशन एल्बम के कवर के लिए मॉडल।



सोने का कमरा

• नींद की समस्या के लिए मैलाकाइट मेरा पसंदीदा क्रिस्टल है। अगर आपको नींद में परेशानी हो रही है तो यह आपके लिए बहुत उपयोगी है।
रात्रिकालीन पैटर्न के लिए, मैलाकाइट पत्थर को लगभग एक घंटे तक अपने पास रखें।
मुझे नींद आ रही है। बस जो भी कर रहे हो उसे जारी रखो और सो जाओ।
अपने बिस्तर के बगल में, या तो तकिए के नीचे या नाइटस्टैंड पर रखें। यह ठीक है।
कुछ लोगों को बहुत जल्दी फर्क नजर आता है, लेकिन हर किसी को अपने स्वास्थ्य में सुधार दिखाई देता है।
कुछ हफ्तों के दौरान नींद के पैटर्न में बदलाव।

• सेलेस्टाइट और लैपिस लाजुली सपनों और सपनों को याद रखने के लिए अच्छे होते हैं।

• रूबी आपको बुरे सपनों से बचाती है और आप उसे लटका भी सकते हैं।
इसके लिए अपने बिस्तर के ऊपर एक ड्रीमकैचर लगाएं।

• मूकाइट, मोल्डावाइट, जेड और स्पिरिट क्वार्ट्ज़ सभी सपनों और मानसिक स्वास्थ्य में मदद कर सकते हैं।
शुभ रात्रि।

• पलंग के निचले हिस्से में लाल जैस्पर रखने से मन को शांति मिलती है और नकारात्मक ऊर्जा को दूर करने में मदद मिलती है।
दिन भर की चिंताएँ।

• टूमलाइन सुरक्षात्मक होता है और मन और हृदय से चिंताओं को दूर करता है।
• रोडोक्रोसाइट एक ऐसा रत्न है जो एक उदासीन व्यक्ति में भी जोश जगाने की क्षमता रखता है।
संबंध।

• बाज़ की नज़र किसी को अपनी कामुकता व्यक्त करने में मदद कर सकती है।

घर कार्यालय

• कमरे में क्वार्ट्ज़ क्रिस्टल को केंद्र की ओर इंगित करते हुए रखें।
आपको ध्यान केंद्रित करने में मदद करता है।

• स्पष्टता के लिए अपनी मेज पर फ्लोराइट, स्नो क्वार्ट्ज और सिट्रीन रखें।
प्रेरणा।

• दिन की शुरुआत में अपने हाथों को कीबोर्ड या नोटपैड पर रखें और
उन्हें सकारात्मक रेकी ऊर्जा से भर दें।

क्रिस्टल और रेकी

आपका वातावरण

आपके आसपास मौजूद क्रिस्टल के कुछ प्रभाव
इसमें अपनी भावनाओं और विचारों को व्यक्त करना शामिल है, चाहे वे सुखद हों या आप उन्हें साझा करना चाहते हों।
और उन असंगत लोगों को जिन्हें आप हटाना चाहते हैं। पहले मामले में, एक भरें
प्रेम और रेकी के साथ क्रिस्टल को स्पर्श करें (पृष्ठ 38 देखें) और उसे शरीर से बाहर निकलने दें। दिन के दौरान क्रिस्टल का उपयोग करें; यह ऊर्जा को ताज़ा करने का काम करेगा—बिल्कुल हवा की तरह।
ताजगी देने वाला, लेकिन ऊर्जा के लिए। ऊर्जा का सामंजस्य उपचार में सहायक होता है, जिससे उपचार में तेजी आती है।
स्वास्थ्य लाभ। क्रिस्टल सुरक्षा प्रदान करते हैं, जिससे सुरक्षित और निश्चिंतता का अहसास होता है।
आगंतुकों सहित सभी के लिए। ये ऊर्जा प्रदान कर सकते हैं और भावनाओं को शांत कर सकते हैं।
वे उपचार, शुद्धिकरण और स्पष्टता बनाए रखने में सहायक होते हैं। वे कई तरह से भी बहुत मददगार हो सकते हैं।
जब कोई व्यक्ति बीमार हो या अस्पताल में भर्ती हो, तो उसका बिस्तर।

क्रिस्टल रेकी हीलिंग बॉल, मन को शांत करने के लिए

प्रतिद्वंद्विताएँ
ऐसी परिस्थितियाँ हो सकती हैं जहाँ असंगत ऊर्जा हो, जिसके परिणामस्वरूप
असहमति, बहस और मनमुटाव। यह कोई भी ऐसी स्थिति हो सकती है जहाँ
प्रतिद्वंद्वी एक ही स्थान पर हो सकते हैं, जैसे कि कार्यस्थल पर, प्रतिस्पर्धी टीमों में, खेलों में, आदि।
प्रेमी, परिवार, दोस्त और भाई-बहन। क्रिस्टल रेकी हीलिंग का एक जादुई अनुभव उपलब्ध है।
उपाय! आपको क्वार्ट्ज क्रिस्टल बॉल की आवश्यकता होगी।

1. क्वार्ट्ज क्रिस्टल बॉल को दोनों हाथों में पकड़ें और उसमें रेकी ऊर्जा प्रवाहित होने दें (देखें
पृष्ठ 55)। यदि आपके पास रेकी लेवल 2 है, तो रेकी प्रतीकों को तैरते हुए कल्पना करें।
गोले के अंदर, एक-एक करके। होन शा ज़े शो नेन विशेष रूप से
यह इसलिए उपयोगी है क्योंकि यह समय और स्थान से परे है: प्रतिद्वंद्विताएँ अक्सर कृत्यों की प्रतिक्रियाएँ होती हैं।
जो पहले ही घटित हो चुके हैं—अर्थात् अतीत में घटित हुई घटनाएं।
2. क्रिस्टल बॉल को उस क्षेत्र में रखें जहाँ असंतोष व्यक्त किया जा रहा है।
हर दिन के अंत में, क्रिस्टल बॉल को निकालें और उसे अच्छी तरह से साफ करें।
इसे वापस लगाने से पहले बहते पानी के नीचे धो लें। ऐसा दो या तीन बार करते रहें।
कुछ हफ्तों में आप देखेंगे कि बहस और मतभेद धीरे-धीरे कम होते जाएंगे।
पूरी तरह से बंद कर दो।

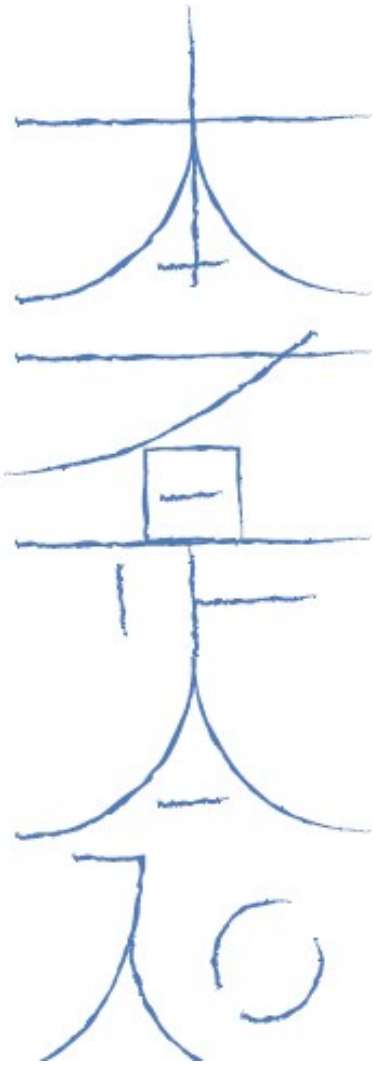
दूरस्थ उपचार

लगभग सन् 1994 की गर्मियों के दौरान, मैं चुपचाप बगीचे में बैठा था।
मैं ढोल बजाते हुए ध्यान कर रहा था। (ठीक है, इतनी धीमी आवाज़ में नहीं!) मैंने चारों ओर घेरा बना लिया था।
मैंने स्वयं को क्रिस्टलों से जोड़ा, अपने मार्गदर्शकों का आह्वान किया और रेकी को अपने भीतर प्रवाहित होने दिया।
ड्रमस्टिक। यह एक चमकदार गर्मी के दिन की दोपहर का समय था जब मैंने शुरू किया।
लगभग बीस या तीस मिनट बाद रुक गया और मैंने अपना
अंधेरे में आंखें गड़ाए हुए। रात के 11:30 बज रहे थे। समय का एहसास खोना मेरे बस की बात नहीं थी। किसी दूसरी जगह, एक वैकल्पिक वास्तविकता में; जब मैं वापस आया, तो साथ ही साथ
थोड़ा आश्चर्यचकित होकर, मुझे एक बात स्पष्ट रूप से समझ में आई: अगर हम सब बस कुछ मिनट बिता दें हर दिन इस ग्रह को, हमारे प्रियजनों को, और हम जिन्हें
हम जानते हैं, चाहे वे दो हों या दो-
पैरों वाले, चार पैरों वाले, पंखों वाले, पंखों से ढके, खड़े लोग (पवित्र मूल निवासी)
(पेड़ों के लिए अमेरिकी शब्द) या पत्थर के लोग, या आत्मा... जो भी हो।
हम चाहे जो भी हों, दुनिया बदल सकते हैं। यह कोई मौलिक विचार नहीं है और थोड़ा घिसा-पिटा भी है।
यह बात थोड़ी अटपटी लग सकती है, लेकिन यह बिल्कुल सच है!
मेरा मानना है कि क्रिस्टल रेकी हीलिंग के साथ आपका अनुभव चाहे जैसा भी हो,
चाहे आप नौसिखिया हों या क्रिस्टल या रेकी मास्टर शिक्षक, हम सभी यह कर सकते हैं।
यह, और वास्तव में होना भी चाहिए। रेकी किरण पर सकारात्मक विचार भेज रहे हैं और
क्रिस्टल से सशक्त होना न केवल दूसरों और ग्रह की मदद करता है, बल्कि यह आपकी भी मदद करता है।
यह भी अच्छा है! हालाँकि आप इसे इस उद्देश्य से नहीं करते, फिर भी आपको इससे सकारात्मकता का लाभ मिलता है।
यह ऊर्जा प्रणाली से होकर आपके आभा मंडल से बाहर निकलती है।
क्रिस्टल दूरस्थ उपचार भेजने के लिए मूल्यवान साथी हैं (जिन्हें भी कहा जाता है)
उपचार की अनुपस्थिति में) क्योंकि वे ऊर्जा को केंद्रित और संग्रहित करते हैं और उन्हें प्रोग्राम किया जा सकता है।
वे सामने मौजूद कार्य में सहायता करते हैं। वे अपनी ऊर्जा का योगदान भी देते हैं।
उपचार का अनुभव। दूरस्थ उपचार भेजने के कई तरीके हैं, जिनमें शामिल हैं:
बस अपना ध्यान किसी ऐसे व्यक्ति पर केंद्रित करें जिसे थोड़ी अतिरिक्त सहायता की आवश्यकता हो सकती है।
विस्तृत समारोहों और जटिल क्रिस्टल ग्रिडों के लिए ऊर्जा। हालाँकि, आप
दूरस्थ उपचार भेजने का विकल्प चुनें, तो सुनिश्चित करें कि आप ऐसा करें। अभी कोशिश करें।

क्रिस्टल रेकी के माध्यम से दूरस्थ उपचार भेजना

अपने क्वार्ट्ज़ मास्टर क्रिस्टल को पकड़ें, अपना ध्यान इस बात पर केंद्रित करें कि कौन या कहाँ है।
आप उपचार भेज रहे हैं, और अपने आप से कहें "रेकी चालू!"। यदि आप इससे जुड़े हुए हैं
यदि आपके पास रेकी का स्तर 2 या उससे अधिक है, तो आप होन शा ज़े शो नेन की कल्पना भी कर सकते हैं।
इसे अपने क्रिस्टल से बनाएं। ऊर्जा को अपने भीतर से प्रवाहित होते हुए महसूस करें।
अपने क्वार्ट्ज मास्टर क्रिस्टल के माध्यम से। इस विचार को पांच मिनट तक अपने मन में बनाए रखें।
या दस मिनट, या आधा घंटा या एक घंटा, अगर आपके पास समय हो। लेकिन अगर आपके पास समय हो तो भी।
सिर्फ दो मिनट—करो!

दूरस्थ उपचार करने का सबसे अच्छा तरीका इसे अपने दैनिक जीवन का हिस्सा बनाना है।
यह एक अनुष्ठान की तरह है, जैसे स्नान करना या दांत ब्रश करना। आप कुछ खास क्रिस्टल चुन सकते हैं।
विशिष्ट प्रकार के उपचार में सहायता के लिए, जिनका उपयोग आप साथ-साथ या इसके स्थान पर कर सकते हैं।
अपने क्वार्ट्ज़ मास्टर क्रिस्टल में से। उदाहरण के लिए, आप केवल एक क्रिस्टल चुन सकते हैं।
शारीरिक समस्याओं से जूझ रहे लोगों की मदद के लिए, भावनात्मक समस्याओं के लिए और एक अन्य
तीसरा मानसिक अशांति के लिए, या आप लोगों के लिए एक, और दूसरा चुन सकते हैं।
एक पशुओं के लिए, एक पौधों के लिए, और एक ग्रह के लिए। (अन्य तरीकों के लिए)
दूरस्थ उपचार, पृष्ठ 31 देखें।)



उपचार संबंधी पुस्तक का उपयोग करना

दूरस्थ उपचार भेजने के तरीकों में से एक तरीका जो मुझे पसंद है, वह है उपचार संदेश भेजना।
मैं बस किताब में उन लोगों के नाम लिखता हूँ जिन्हें उपचार की आवश्यकता है।
किताब। जब मैं उपचार भेजती हूँ, तो मैं किताब पर प्रतीक बनाती हूँ।
मेरा मास्टर क्रिस्टल और फिर किताब को अपने हाथों के बीच तब तक पकड़े रहना जब तक कि मैं
इस पुस्तक के माध्यम से प्रवाहित हो रही रेकी की ऊष्मा को महसूस करें। मैं इसे प्रवाहित होने देता हूँ।
कुछ मिनटों के लिए। फिर अंत में मैं अपनी दूरस्थ उपचार क्रिस्टल गेंद को रख देता हूँ।
इसे किताब पर टिका दें और इसे उपचार भेजते रहने दें।
जब तक मैं अगले दिन दोबारा किताब न देखूं, तब तक किताब में मौजूद सभी लोगों को।
क्रिस्टल रेकी ग्रिड आपकी शक्ति को बढ़ाने के लिए

ज़िंदगी

क्रिस्टल को बेतरतीब ढंग से रखने के बजाय, आप उन्हें एक विशिष्ट स्थान पर रख सकते हैं।
एक क्रिस्टल ग्रिड के रूप में जाना जाने वाला पैटर्न। आपके क्रिस्टल एक टीम के रूप में काम करते हैं, जिससे यह बनता है।
परिवर्तन, उपचार और अभिव्यक्ति उत्पन्न करने के लिए ऊर्जा की क्षमता।
जब आप इसमें रेकी को शामिल करते हैं, तो संभावनाएं और शक्ति कई गुना बढ़ जाती हैं।
इन ग्रिडों को बनाने से पहले, एक ऐसा समय और स्थान चुनें जहाँ आपको कोई परेशान न करे, और फिर
एक "परेशान न करें" का चिन्ह (चाहे भौतिक हो या प्रतीकात्मक) लगाएँ और बंद कर दें।
अपने फोन को दूर रखें, क्योंकि ग्रिड के दौरान ध्यान केंद्रित रखना महत्वपूर्ण है।
निर्माण प्रक्रिया। क्रिस्टल रेकी हीलिंग ग्रिड को भौतिक रूप से मौजूद होने की आवश्यकता नहीं है।
जिस स्थान पर यह काम कर रहा है, उसी स्थान पर इसे स्थापित किया जा सकता है, इसलिए आप इन्हें अपने उपचार कक्ष में लगा सकते हैं।
जहां उन्हें कोई परेशान न करे।
इन सभी ग्रिडों के साथ, पहला कदम अपने क्रिस्टलों को शुद्ध करना है (पृष्ठ 49 देखें)।
और फिर प्रत्येक क्रिस्टल को रेकी करें जब तक कि वे सभी इस ऊर्जा से भर न जाएं।

समस्या-समाधान के लिए ग्रिड
यह केवल लोग, जानवर, पृथ्वी और अन्य मूर्त "चीजें" ही नहीं हैं जिन्हें आप
क्रिस्टल रेकी हीलिंग को न केवल विचारों और अवधारणाओं की ओर निर्देशित किया जा सकता है, बल्कि उनकी ओर भी निर्देशित किया जा सकता है।
समस्याएं, चुनौतियां और अन्य स्थितियां। त्रिभुज सबसे मजबूत है।
प्रकृति में मौजूद आकृति और क्रिस्टल रेकी त्रिकोण ग्रिड की दृढ़ता आपको देखने में मदद करती है आपको जिन उत्तरों को खोजने की आवश्यकता है। समस्या चाहे जो भी हो, उस पर विचार किया जा सकता है।
घटनाओं के एक त्रिकोण के रूप में। एक बिंदु वह है जहाँ आप वर्तमान में खड़े हैं, दूसरा बिंदु...

पहला बिंदु वह है जो आपको चिंतित करता है, और तीसरा बिंदु उसका समाधान है। बेहतर होगा कि आप इससे बचें।
किसी विशेष परिणाम से जुड़े रहना; चीजों को वैसे ही होने देना जैसे वे होनी चाहिए।
किसी इच्छा को मन में दबाए रखने के बजाय, बेहतर परिणाम की उम्मीद करना अधिक उचित होगा।
जिसकी आप अभी कल्पना भी नहीं कर सकते।
1. पृष्ठ 151 पर दिए गए त्रिभुज को ट्रेस या कॉपी करके एक पेपर ग्रिड बनाएं।
कागज की ग्रिड पर, त्रिभुज के निचले दाहिने कोने पर अपना नाम लिखें।
समस्या का विवरण नीचे बाईं ओर और "समाधान"
ऊपरी कोने पर "सर्वोच्च भलाई" लिखा हुआ है।

2. क्वार्ट्ज क्रिस्टल के गुच्छे को त्रिभुज के केंद्र में रखें। फिर उसे रखें।
नीचे दाहिने कोने में आपके नाम के ऊपर रूबी क्रिस्टल, उसके ऊपर ओब्सीडियन
नीचे बाईं ओर की समस्या या मुद्दा, और नीलमणि
त्रिभुज के शीर्ष बिंदु को हल दर्शाने के लिए उपयोग करें। एक छोटा क्वार्ट्ज़ रखें।
प्रत्येक क्रिस्टल के बीच में एक बिंदु होता है। ये बिंदु रूबी से की ओर इंगित करने चाहिए।
ऑब्सीडियन से लेकर एमेथिस्ट तक और एमेथिस्ट से लेकर रूबी तक।

3. अपने हाथ से, ग्रिड के ऊपर हवा में प्रत्येक रेकी प्रतीक को बनाएं।
फिर अपनी हथेलियों को नीचे की ओर करके ठीक उसके ऊपर रखें और रेकी को अपना असर दिखाने दें।
पूरी ग्रिड में 5-10 मिनट तक पानी प्रवाहित होने दें। ग्रिड को वहीं छोड़ दें जहां वह है।
मुझे कोई परेशानी नहीं होगी।

4. समस्या हल हो जाने के बाद, आप क्रिस्टल रेकी को अलग कर सकते हैं।
हीलिंग ग्रिड, क्रिस्टलों को शुद्ध करें ताकि वे अपने अगले मिशन के लिए तैयार हो सकें।
और कागज़ के ग्रिड को नष्ट कर दें, उसकी ऊर्जा को या तो ब्रह्मांड में भेज दें।
इसे अग्निरोधी पात्र में जलाकर या इसे छोटे-छोटे टुकड़ों में काटकर मिट्टी में मिला देना।
इसे अपने कम्पोस्ट या रीसाइक्लिंग में मिला दें।

Solution
1 x amethyst
3 (or more) x mini quartz points
1 x quartz crystal cluster
1 x obsidian
1 x ruby
Problem
Your name

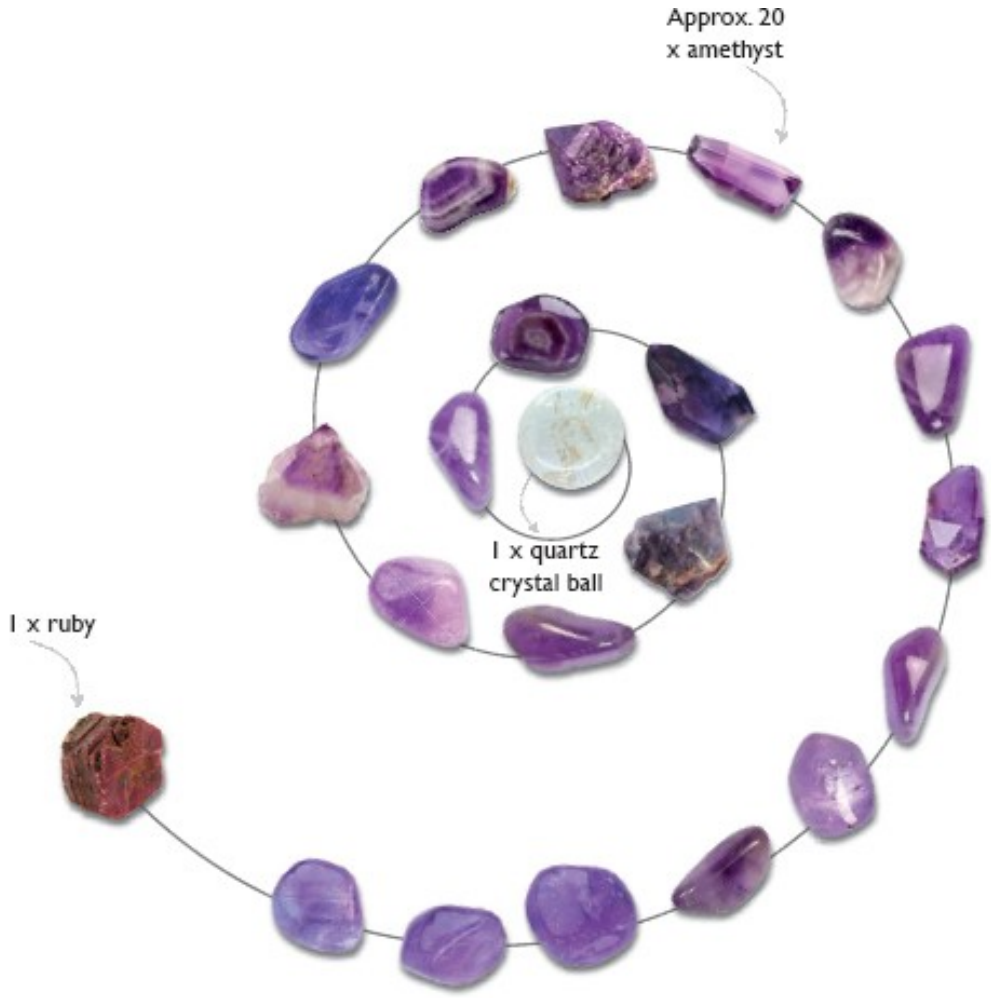
उपचार के लिए ग्रिड

यह किसी को भी दूरस्थ उपचार भेजने का एक और उत्कृष्ट तरीका है (पृष्ठ 93 देखें)।
चाहे आप उन्हें जानते हों या नहीं, आपदाग्रस्त क्षेत्र और ग्रह। इसके लिए हम
वे सर्पिल आकार का उपयोग कर रहे हैं, जो उपचार के सार्वभौमिक सर्पिल का प्रतिनिधित्व करता है।
ऊर्जा।

1. पृष्ठ 152 से सर्पिल आकृति को ट्रेस या कॉपी करके एक पेपर ग्रिड बनाएं।
सर्पिलाकार आकृति के केंद्र में क्वार्ट्ज क्रिस्टल बॉल; यह निरंतर उपचार प्रदान करता रहेगा।
रुकने के बाद, नीलमणि से सर्पिल पथ बनाएं।
क्वार्ट्ज क्रिस्टल बॉल से क्रिस्टल को सर्पिल के अंत तक निकालें।
अंत में रूबी आपके उपचार की चिंगारी का प्रतीक है।

2. अपने हाथ से, ग्रिड के ऊपर हवा में प्रत्येक रेकी प्रतीक को बनाएं।
फिर अपनी हथेलियों को नीचे की ओर करके ठीक उसके ऊपर रखें और रेकी को अपना असर दिखाने दें।
पूरे ग्रिड में 5-10 मिनट तक प्रवाह करें। कल्पना कीजिए कि आप भेज रहे हैं।
नीलम के मार्ग पर माणिक से निकलने वाली रेकी, मानो माणिक चिंगारी उत्पन्न कर रहा हो।
क्रिस्टल रेकी हीलिंग ऊर्जा का एमेथिस्ट फ्यूज। जब यह क्रिस्टल तक पहुँचता है।
गेंद, वह जिसकी ओर या जहाँ की ओर निर्देशित हो रही है, वहाँ बह जाती है। जब आप
ग्रिड में रेकी भेजना बंद करें, क्रिस्टल लेआउट को बरकरार रखें और
क्वार्ट्ज क्रिस्टल बॉल क्रिस्टल रेकी हीलिंग भेजना जारी रखेगी।

3. यदि आपने इसे किसी एक व्यक्ति या कार्यक्रम के लिए सेट किया है, तो ग्रिड का कार्य पूरा होने के बाद
पूरा होने पर, आप क्रिस्टल रेकी हीलिंग ग्रिड को अलग कर सकते हैं, उसे शुद्ध कर सकते हैं।
क्रिस्टल को नष्ट कर दें ताकि वे अपने अगले मिशन के लिए तैयार रहें और कागज को नष्ट कर दें।
ग्रिड, अपनी ऊर्जा को या तो अग्निरोधी वातावरण में जलाकर ब्रह्मांड में भेजता है।
इसे किसी पात्र में डालें या छोटे-छोटे टुकड़ों में काटकर खाद में मिला दें।
या पुनर्चक्रण। हालाँकि, यदि आप सामान्य उपचार ऊर्जा भेजना चाहते हैं तो
इस ग्रह पर, आप ग्रिड को यथावत छोड़ सकते हैं और इसे रेकी से रिचार्ज कर सकते हैं।
हर महीने अमावस्या के दिन।



प्रेम और शांति के लिए क्रिस्टल रेकी हीलिंग ग्रिड

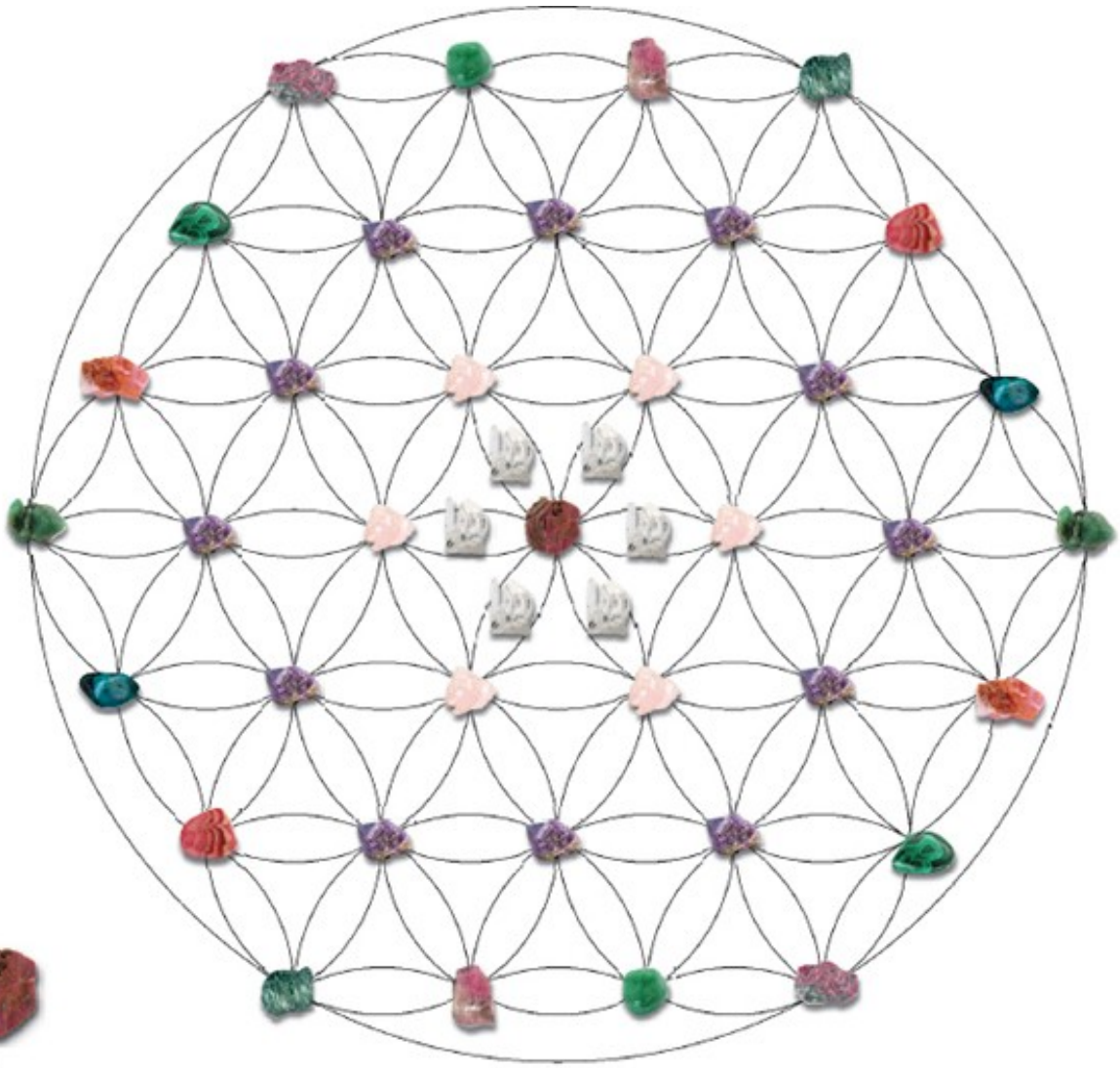
रिश्ते
हर किसी को किसी न किसी की ज़रूरत होती है; हर किसी को प्यार की ज़रूरत होती है। चाहे वह नया रिश्ता हो या नया।
किसी रिश्ते को मजबूत करना, मौजूदा रिश्ते को बेहतर बनाना या उसमें नई ऊर्जा भरना, या किसी मौजूदा रिश्ते को मजबूत करना।
चाहे दोस्ती हो या पारिवारिक रिश्ता, यह ग्रिड मददगार साबित होगा। हम फ्लावर ऑफ लाइफ ग्रिड का उपयोग करते हैं।
आधार इसलिए क्योंकि, किसी भी स्वस्थ रिश्ते की तरह, इसमें कई परतें होती हैं।
आपस में गुंथे हुए।

1. पृष्ठ 153 पर दिए गए टेम्पलेट को ट्रेस या कॉपी करके एक पेपर ग्रिड बनाएं।
ग्रिड के केंद्र में फूल पर रूबी रखें। इसके बाद छह क्वार्ट्ज़ जोड़ें।
इस केंद्रीय फूल की पंखुड़ियों पर क्रिस्टल हैं जिनके सिरे नुकीले हैं।

फूलों पर रूबी और उसके चारों ओर छह रोज़ क्वार्ट्ज़ की ओर।
इसके बगल में। फिर बारह नीलम रत्नों को अगले फूलों पर रखें।
पंक्ति और अंत में सबसे बाहरी फूलों पर बचे हुए क्रिस्टल और लिंकिंग
इस क्रम में बिंदु: पूर्वी फूल (सबसे दाहिनी ओर) से शुरू होकर पन्ना रंग।
और यहाँ से दक्षिणावर्त दिशा में मॉर्गेनाइट, मैलाकाइट रखते हुए,
यूडायलिट, एवेंट्यूरिन, कुंजाइट, क्लिनोक्लोर, रोडोक्रोसाइट और क्राइसोकोला
और फिर जीवन के फूल के बाकी हिस्सों के चारों ओर उसी क्रम को दोहराएं।

2. अब अपना क्वार्ट्ज़ मास्टर क्रिस्टल लें और कल्पना करें कि यह बहुत सारी सेई से भरा हुआ है।
हे की प्रतीक। कल्पना कीजिए कि रेकी और प्रेम क्रिस्टल में तब तक प्रवाहित हो रहे हैं जब तक कि वह रेकी और प्रेम से लगभग फटने को तैयार। फिर क्वार्ट्ज मास्टर के साथ।
क्रिस्टल पूरे ग्रिड पर एक बड़ा सेई हे की (Sei He Ki) बनाता है और फिर एक छोटा वाला।
केंद्र में स्थित रूबी क्रिस्टल के ऊपर। फिर दक्षिणावर्त दिशा में आगे बढ़ते हुए।
पूर्वी दिशा में स्थित पन्ना के प्रत्येक क्रिस्टल पर एक सेई हे की रेखा खींचें।
बाहरी घेरे में, फिर नीलम, फिर गुलाब क्वार्ट्ज़, और अंत में छह
क्वार्ट्ज़ क्रिस्टल। पूरे ग्रिड पर एक बड़ा सेई हे की बनाएँ। अपना
इसके साथ समय बिताएं, इसका आनंद लें और ग्रिड को सेई हे से भरने पर अपना ध्यान केंद्रित रखें।
की प्रतीक, रेकी और प्रेम।

3. जब ग्रिड अपना काम पूरा कर ले और आपको अपना मनचाहा व्यक्ति मिल जाए।
या फिर किसी मौजूदा रिश्ते को फिर से जीवंत करने के लिए, आप उसे खत्म कर सकते हैं और उसे शुद्ध कर सकते हैं।
क्रिस्टल ताकि वे अपने अगले मिशन के लिए तैयार हो सकें और कागज की ग्रिड को नष्ट कर सकें।
या तो अग्निरोधी वातावरण में जलाकर अपनी ऊर्जा को ब्रह्मांड में भेजना।
इसे किसी पात्र में डालें या काटकर मिट्टी में मिला दें और अपने कम्पोस्ट में डाल दें।
पुनर्चक्रण।



1 ruby

6 quartz

6 rose q

12 amet

पशुओं के लिए क्रिस्टल रेकी उपचार

जानवरों को क्रिस्टल और रेकी बहुत पसंद हैं; इन सबको एक साथ मिला दें तो आपके पालतू जानवर भी खुश हो जाएंगे।
हम आपसे प्यार करते हैं। चाहे आपका साथी थोड़ा अस्वस्थ महसूस कर रहा हो या उसे कोई परेशानी हो।
यदि उन्हें कोई गंभीर स्वास्थ्य समस्या है, तो आप उन्हें आवेशित क्रिस्टल देकर उनकी मदद कर सकते हैं।
रेकी के साथ निम्नलिखित तरीकों से:

• उन्हें उनके बिस्तर पर लिटा दें ताकि वे उपचार की ऊर्जा के साथ सो सकें।

• क्रिस्टलों को उनके पानी के कटोरे में डालें—सुनिश्चित करें कि वे अच्छी तरह से धोए गए हों।
पहले से ही तैयारी कर लें और ऐसे क्रिस्टल का उपयोग करने से बचें जो पानी में उपयोग करने के लिए सुरक्षित नहीं हैं।
(जिसे "कोई अमृत नहीं" द्वारा इंगित किया गया है) क्रिस्टल फाइंडर की जाँच करके (पृष्ठ 105 देखें)।

• क्रिस्टल को मछलीघर में डालें—सुनिश्चित करें कि वे अच्छी तरह से धोए गए हों।
पहले से ही जांच कर लें और हमेशा किसी विशेषज्ञ से यह सुनिश्चित कर लें कि मछलियों के लिए यह सुरक्षित है या नहीं।
उनके संपर्क में आना।

• अपने पालतू जानवर के गले में लगे पट्टे पर क्रिस्टल चिपका दें।

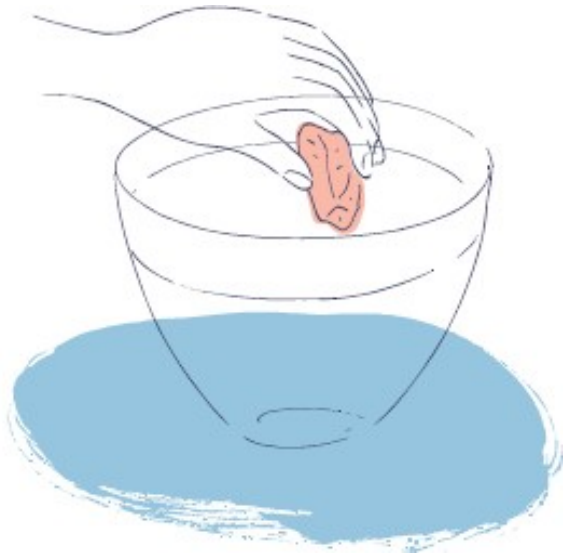
आप इसके लिए क्रिस्टल का चयन सहज ज्ञान के आधार पर कर सकते हैं (पृष्ठ 42 देखें) या क्रिस्टल गाइड का उपयोग कर सकते हैं।
फाइंडर एक मार्गदर्शक के रूप में कार्य करता है।
अगर आपको पता चलता है कि आपका पालतू जानवर आपके क्रिस्टल "उधार" ले रहा है, तो सबसे अच्छा तरीका यह है कि आप उसे कुछ समय के लिए अपने पालतू जानवरों से दूर रखें।
बस उन्हें उनके अपने क्रिस्टल दे दें। उन्हें क्रिस्टल से खेलने दें और वे
उन्हें बताएं कि उन्हें किन क्रिस्टलों की आवश्यकता है। इन क्रिस्टलों को उनके बिस्तर या सोने की जगह पर रखें।
ऐसा क्षेत्र बनाएं जिससे आपके पालतू जानवर को पता चले कि वह जगह उनकी है, और फिर आप उसे सिखा भी सकते हैं
उन्हें यह समझाएं कि आपके क्रिस्टल आपके हैं, उनके क्रिस्टल उनके हैं।
अपने जानवरों की मदद करने के कुछ अन्य तरीके इस प्रकार हैं:

• अगली बार जब आप अपने प्यारे पालतू जानवर को सहला रहे हों या गले लगा रहे हों, तो "रेकी ऑन" कहें और अपने हाथों से ऊर्जा को प्रवाहित होने दें।

• ऑरा हीलिंग लेआउट तैयार करें (पृष्ठ 84 देखें), क्षेत्र को शुद्ध करें और अपने
इसमें जानवर लेटते हैं। आप अपने जानवरों के घरों के आसपास लेआउट भी बना सकते हैं।

जैसे कि मछली के टैंक और पक्षियों के पिंजरे, ताकि वे भी इन ऊर्जाओं से लाभान्वित हो सकें।

मेरा मानना है कि जिस प्रकार हम सभी उपचारक हैं, उसी प्रकार हमारे पशु-पक्षी भी उपचारक हैं।
साथी, और उनमें से कई प्रकृति के साथ कहीं अधिक जुड़े हुए हैं।
ऊर्जा की दुनिया हमसे कहीं अधिक व्यापक हो सकती है। मेरे पास एक जर्मन शेफर्ड कुत्ता हुआ करता था।
योगी नाम का एक व्यक्ति, जिसे क्रिस्टल से बेहद लगाव था। चूंकि वह बहुत अच्छी तरह से प्रशिक्षित था, इसलिए वह अपना अधिकांश समय क्रिस्टलों के प्रति श्रद्धा रखते हुए बिताता था।
जब वह मेरी दुकान में बिना पट्टे के घूमता रहता था, तो अक्सर काउंटर के पीछे दुबका रहता था।
वह अपने किसी मानव मित्र के आने का इंतजार कर रहा था। कभी-कभी,
बिना किसी स्पष्ट कारण के, वह अचानक एक ऐसे ग्राहक के पास चला जाता जिसे उसने पहले कभी नहीं देखा था।
पहले जाकर उन्हें सूंघना, जो शायद थोड़ा असहज करने वाला रहा होगा।
फिर वह कुछ देर के लिए इधर-उधर घूमता, और कुछ मिनट बाद फिर प्रकट होकर एक संदेश छोड़ जाता।
उनके पैरों में क्रिस्टल! हमेशा यही पता चलता था कि वे बहुत बीमार थे, और यह
यह उनके लिए बिल्कुल सही क्रिस्टल था। यह कुत्ता क्रिस्टलों के साथ पला-बढ़ा, उन पर बैठता था।
ध्यान कक्षाओं में बाकी सभी के साथ फर्श के गद्दे पर बैठता था, और आम तौर पर एक सामान्य जीवन जीता था।
आध्यात्मिक जीवन। वह मेरे अब तक के जाने-माने सर्वश्रेष्ठ क्रिस्टल हीलर्स में से एक थे।
उसने स्वयं के उपचार के लिए क्रिस्टल चुने, और उसे जोड़ने से पहले एक नया क्रिस्टल "मांगा"।
उन्होंने उन्हें अपने संग्रह में शामिल किया, और उन्हें कभी बगीचे में नहीं दफनाया—वह काम पूरी तरह से उनके लिए था।
हड्डियाँ!



पौधों के लिए क्रिस्टल रेकी उपचार

पौधों की देखभाल जानवरों की तुलना में आसान होती है क्योंकि वे हिलते-डुलते नहीं हैं!
मैं आमतौर पर बगीचे में नया पौधा लगाते समय उसे एक क्रिस्टल देता हूँ।
इसे अच्छे से बढ़ने के लिए प्रोत्साहित करें। मुझे हरे मॉस एगेट और क्वार्ट्ज पसंद हैं।
इसके लिए कई विकल्प मौजूद हैं, हालांकि पौधे ज्यादातर गैर-विषैले क्रिस्टल पसंद करते हैं। याद रखें
इन क्रिस्टलों पर पानी डाला जाएगा और इनमें मौजूद खनिज तत्व निकल जाएंगे।
ये क्रिस्टल मिट्टी में पानी में घुलनशील होते हैं, इसलिए ऐसे किसी भी क्रिस्टल से बचना सुनिश्चित करें जो पानी में घुलनशील न हो।
मानव औषधियों के लिए उपयुक्त—क्रिस्टल खोजक (पृष्ठ 105 देखें) का उपयोग करें
गाइड। आपको बस इतना करना है कि चुने हुए क्रिस्टल पर रेकी करें, उसके लिए गड्ढा खोदें।
पौधे को लगाएं, क्रिस्टल को अंदर डालें और पौधे को ऊपर रखें, फिर उसके चारों ओर की जगह भरें।
इसे मिट्टी से ढक दें। इसी प्रकार, आप थके हुए और टूटे हुए क्रिस्टल को वापस रख सकते हैं।
यह मैदान उनके लिए एक लंबी छुट्टी की तरह है—एक ऐसा मौका जहां वे "खुद को तरोताजा" कर सकते हैं प्रकृति की ओर लौटें।" क्रिस्टल को शुद्ध करें और उन्हें तुरंत रेकी ऊर्जा प्रदान करें।
इन्हें बगीचे में लगाने से पहले, पौधों के बीच फैला दें।

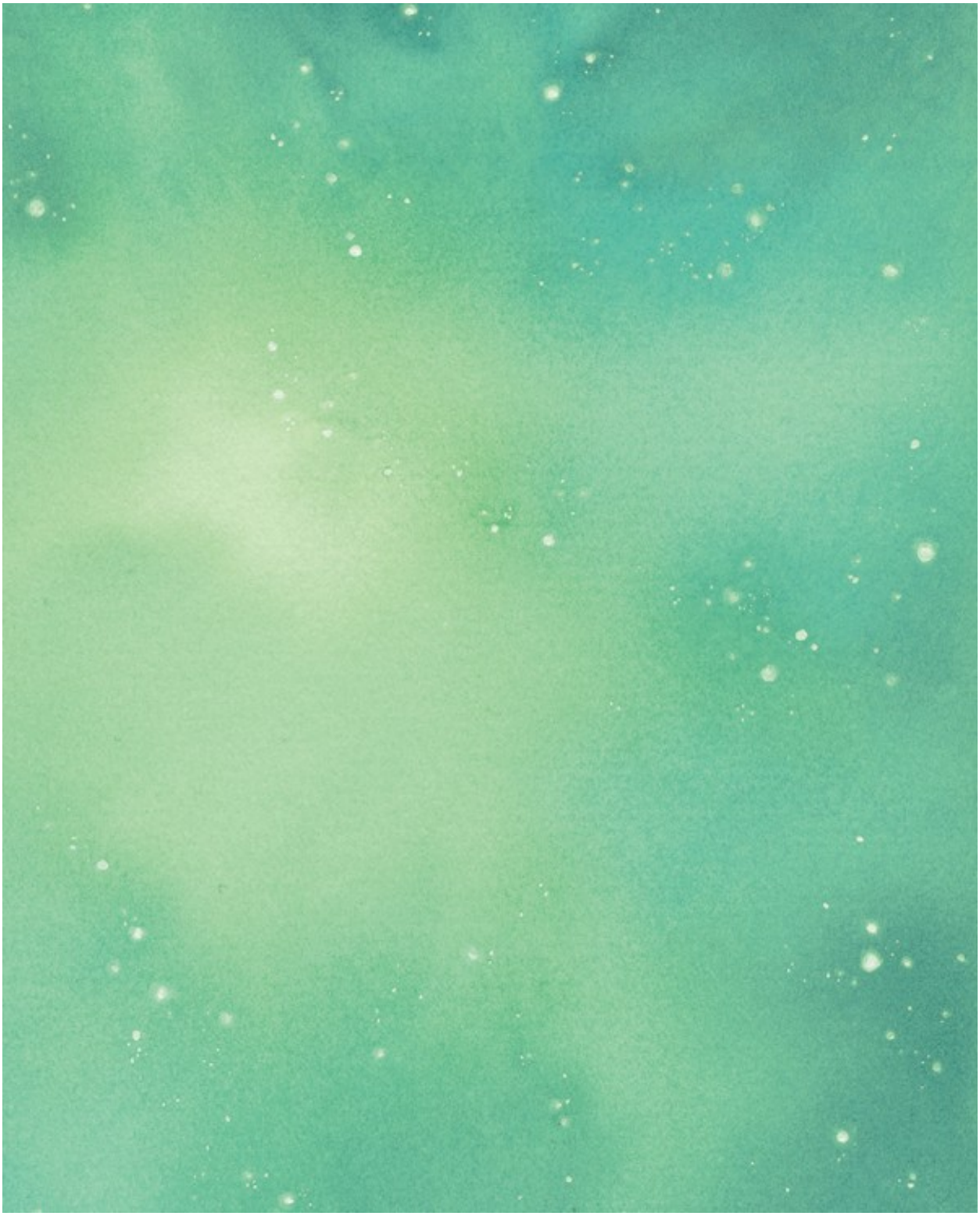
सकारात्मक ऊर्जा लाने के लिए आप क्रिस्टल को जमीन पर भी रख सकते हैं।
उदाहरण के लिए, मैंने अपनी फूलों की क्यारियों की सीमाओं को गुलाब के बड़े-बड़े टुकड़ों से सजाया है।
क्वार्ट्ज। एक बड़ा क्रिस्टल बगीचे में, आँगन में, या यहाँ तक कि किसी भी स्थान पर आकर्षण का केंद्र बन सकता है।
घर के अंदर एक गमले में पौधे लगाएं। आपके बगीचे के सजावटी सामान और मूर्तियां भी इसमें शामिल हो सकती हैं।
क्रिस्टल से बना हुआ, या क्यों न क्रिस्टल की चट्टानें या झरना बनाया जाए, या फिर एक
पत्थरों से बना घुमावदार रास्ता? अगर आपके पास बगीचा नहीं है, तब भी आप इसे जोड़ सकते हैं।

घर के अंदर गमले में लगे किसी भी पौधे पर पत्थर, क्रिस्टल और चट्टानें रगड़ें।
क्रिस्टल को बाहर रखते समय, ध्यान रखें कि कुछ क्रिस्टल, जैसे कि एमेथिस्ट, संवेदनशील हो सकते हैं।
तेज सीधी धूप में इसका रंग फीका पड़ जाएगा। यदि आपको संदेह हो, तो खरीदारी करते समय दुकान से पूछ लें।
अपने बगीचे के लिए क्रिस्टल खरीदें। इन क्रिस्टलों को नियमित रूप से रेकी करना न भूलें।
महीने में एक बार, पूर्णिमा के दिन ऐसा करना आदर्श है।
अपने बगीचे में रेकी ऊर्जा को पूरी तरह से अपनाने के लिए, रेकी के डिज़ाइन बनाएं।
क्रिस्टल वाले प्रतीक: एक बड़ा चो कू रेई भूलभुलैया में अच्छी तरह से फिट होगा।
लॉन; फूलों की क्यारियों में सेई हे की प्रेम लाता है और इसलिए स्वस्थ फूल खिलते हैं; या किसी भी फलदार पेड़ के नीचे होन शा ज़े शो नेन—इसका संबंध
समय और स्थान का संबंध बीजों से होता है, जो पौधे का भविष्य होंगे।
अपने पौधों के साथ क्रिस्टल साझा करने के अनगिनत तरीके हैं।
कल्पना ही एकमात्र सीमा है।

• आप पैशन प्लांट जैसे किसी भी बेलदार पौधे के लिए क्वार्ट्ज की सीढ़ी बना सकते हैं।
फूल या मीठे मटर।

• बोन्साई के लिए क्रिस्टल चट्टान का आधार इस्तेमाल करें या उसमें क्रिस्टल बुद्ध की मूर्ति जोड़ें।

• गमलों में छोटे-छोटे पौधे और क्रिस्टल का दृश्य बनाएं—मेरे एक ग्राहक ने ऐसा करने को कहा था।
यह परी-घर बनाता है जिसमें छोटे-छोटे जीवित पौधे और क्रिस्टल लगे होते हैं।
पौधों को क्रिस्टल और रेकी बहुत पसंद हैं, इसलिए अपने पौधों के क्रिस्टल को हर महीने रेकी करना न भूलें।
पूर्णचंद्र।



अध्याय 5

क्रिस्टल खोजक
इस अध्याय में 100 से अधिक क्रिस्टल शामिल हैं, जो जानकारी प्रदान करते हैं। रंग के आधार पर अपने क्रिस्टल की पहचान करने के लिए एक मार्गदर्शिका और
इसके मुख्य गुण और उपचार संबंधी लाभ बताता है।
इसमें रेकी से इसका संबंध और उससे जुड़ी चीजें शामिल हैं
रेकी प्रतीक। यह आपको किसी भी
ऐसे क्रिस्टल जो आपके पास पहले से मौजूद हो सकते हैं और जिन्हें आप चुन सकते हैं जिन क्रिस्टलों के साथ आप काम करना चाहते हैं। यह अनुभाग
नीलम, माणिक और क्वार्ट्ज से शुरू होता है क्योंकि
ये तीन क्रिस्टल हैं जिन्हें परंपरागत रूप से सबसे अधिक माना जाता है।
रेकी से लिंक करें और उसके बाद, क्रिस्टल हैं
रंगों के अनुसार व्यवस्थित।
यदि कोई क्रिस्टल दाई को मायो प्रतीक से जुड़ा हुआ है
(पृष्ठ 32 और 36 देखें), आप इनमें से किसी का भी उपयोग कर सकते हैं
उसुई या प्रतीक का तिब्बती संस्करण,
यह इस बात पर निर्भर करता है कि कौन सा विकल्प आपके उद्देश्य के लिए सबसे उपयुक्त है; यदि आप चाहें तो तिब्बती संस्करण का उपयोग भी कर सकते हैं।
आप रेकी के प्रति सजग नहीं हैं, क्योंकि यह और भी बहुत कुछ प्रदान करती है।
प्राकृतिक शक्ति।

नीलम

क्वार्ट्ज की एक किस्म जो क्रिस्टल या पिंडों के रूप में पाई जाती है। इसका बैंगनी रंग निम्न कारणों से होता है:
प्राकृतिक विकिरण से प्रभावित लौह कण रंगीन धब्बे बनाते हैं।
बैंगनी/जामुनी रंग लगभग काला दिखाई दे सकता है (जिसे काला नीलम कहा जाता है)।
अन्य किस्मों में बैंगनी और सफेद धारियों वाला शेवरॉन एमेथिस्ट शामिल है।
(विपरीत देखें), ज़ेबरा एमेथिस्ट, लैवेंडर एमेथिस्ट, और प्रैसिओलाइट और
एमेग्रीन (दोनों खनिज समावेशन के कारण हरे रंग के होते हैं)। गुलाबी एमेथिस्ट था
हाल ही में दक्षिण अमेरिका के पेटागोनिया में खोजा गया, और इसका रंग
वही प्रक्रिया।

सामान्य स्रोत: अर्जेंटीना (गुलाबी), ब्राजील, भारत, मेडागास्कर, दक्षिण अफ्रीका गणराज्य, साइबेरिया, उरुग्वे
रेकी प्रतीक: दाई को मायो
चक्र: मुकुट
रेकी टिप: यह आपको जिम्मेदारी, बदलाव और सार्वजनिक भाषण से निपटने में मदद करता है, इसलिए यह रेकी शिक्षकों का पसंदीदा क्रिस्टल है।

उपचार गुण
शारीरिक लाभ: शारीरिक ऊर्जा और रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाता है, जीवाणु या वायरल संक्रमण से लड़ने में मदद करता है, और मुँहासे के उपचार में प्रभावी हो सकता है। हृदय और रक्त संचार के लिए अच्छा है, रक्त के थक्के को दूर करता है, साथ ही लसीका तंत्र को भी स्वस्थ रखता है और शरीर से विषाक्त पदार्थों को निकालता है। मांसपेशियों के तनाव को कम करता है। शारीरिक तनाव और तनाव से संबंधित समस्याओं, जैसे कि चिड़चिड़ा आंत्र सिंड्रोम और माइग्रेन में सहायक है। हार्मोन को संतुलित करता है। आभा को शुद्ध करता है। सुनने की क्षमता के लिए अच्छा है। अनिद्रा के लिए अनुशंसित है क्योंकि यह अच्छी और आरामदायक नींद में मदद करता है।
भावनात्मक/आध्यात्मिक: यह एक बेहद सुकून देने वाला क्रिस्टल है, जो नसों को शांत करता है और तनाव व चिंता से राहत देता है। यह भावनात्मक और बौद्धिक ऊर्जा दोनों को बढ़ाता है, जिससे आपको दुनिया की चुनौतियों का सामना करने में मदद मिलती है। यह क्रोध और हिंसक प्रवृत्ति को कम करता है, विनम्रता लाता है, भावनाओं को संतुलित करता है, शोक के समय सहारा देता है और घर की याद और अति संवेदनशीलता को कम करता है। यह ओसीडी में भी सहायक है। अन्य: यह बातचीत कौशल को बेहतर बनाता है और व्यापारिक सफलता को प्रेरित करता है।

एमेथिस्ट के बारे में और अधिक जानकारी

एमेटिस्ट आपके क्राउन चक्र को खोलता और सक्रिय करता है, जिससे लाभ होता है।
आपकी अपनी अनूठी आध्यात्मिक समझ को बढ़ाने में मदद करता है।
आध्यात्मिक रूप से जुड़ने में मदद करता है और मस्तिष्क के दाहिने भाग की गतिविधि, अंतर्ज्ञान और रचनात्मकता को बढ़ाता है।
अंतर्ज्ञान और अपने आसपास की दुनिया के प्रति सामान्य संवेदनशीलता। यह भी जोड़ता है
क्राउन और हार्ट चक्र, जो आपको आध्यात्मिक प्रेम का अनुभव करने में मदद करते हैं।
यह व्यसनों के उपचार में विशेष रूप से सहायक हो सकता है, क्योंकि यह रक्त से व्यसनकारी पदार्थ को शुद्ध करता है और भावनात्मक, मानसिक या आध्यात्मिक रूप से व्यसन के मूल कारण को दूर करने में मदद करता है। व्यसन शारीरिक हो सकता है—रासायनिक, मनोवैज्ञानिक या व्यवहारिक। शराब की लत के उपचार में इसका उपयोग कम से कम रोमन काल से ज्ञात है। शरीर को शुद्ध करके—ऊर्जावान रूप से शरीर को शुद्ध करके—एमेथिस्ट कई एलर्जी प्रतिक्रियाओं, जैसे अस्थमा और हे फीवर के उपचार में भी मदद कर सकता है और उनके लक्षणों को कम कर सकता है।
अगर आप आम तौर पर थका हुआ या उदास महसूस कर रहे हैं, तो एमेथिस्ट आपको तरोताज़ा करने में बहुत मददगार साबित हो सकता है। यह आपके जीवन में बदलाव लाने में मदद कर सकता है, खासकर अगर आप किसी भी तरह से फंसा हुआ महसूस कर रहे हों।
सिरदर्द के लिए यह सबसे कारगर क्रिस्टल है। रेकी की ओर आकर्षित होने वाले लोग अक्सर सहानुभूतिशील और ऊर्जाओं के प्रति संवेदनशील होते हैं, जो एक उपचारक के लिए बहुत अच्छे गुण हैं। हालांकि, इसका यह भी अर्थ है कि रेकी से जुड़ने वाले लोग अशांत ऊर्जा के प्रति अधिक संवेदनशील होते हैं और उन्हें सिरदर्द होने की संभावना अधिक होती है। माइग्रेन और अन्य तीव्र सिरदर्द के इलाज के लिए, गहरे रंग के एमेथिस्ट को दर्द के स्रोत के जितना हो सके पास रखें; हल्के या बार-बार होने वाले पुराने सिरदर्द के लिए, हल्के रंग के एमेथिस्ट को अपने पास रखें या पहनें। वे सभी चीजें करें जो आमतौर पर मदद करती हैं, जैसे कि किसी अंधेरी, शांत जगह पर लेटना, और आप पाएंगे कि सबसे गंभीर सिरदर्द भी बहुत जल्दी (20-30 मिनट के भीतर) ठीक हो जाएगा। आप यह भी पाएंगे कि रेकी से एमेथिस्ट क्रिस्टल को चार्ज करने और इसे 24/7 अपने साथ रखने से सिरदर्द की आवृत्ति और गंभीरता कम हो जाएगी।

रेकी आदर्श

एमेटिस्ट रेकी के आदर्शों से पूर्णतया जुड़ाव प्रदान करता है, जो विनम्रता को प्रेरित करता है।
और हर स्तर पर दयालुता। यह उसुई सेंसेई के उपदेश का सरलीकृत संस्करण है।
रेकी के आदर्श (पूर्ण विवरण के लिए, पृष्ठ 17 देखें):

क्रोधित मत हो।
चिंता न करें।

विनम्र होना।
ईमानदार हो।

दयालु होना।

शेवरॉन एमेथिस्ट
बैंडेड एमेथिस्ट के नाम से भी जाना जाने वाला शेवरॉन एमेथिस्ट, पुराने दर्द से राहत दिलाने में उत्कृष्ट है। यह दर्द को काफी हद तक कम करता है, जिससे पीड़ित व्यक्ति अपने जीवन में कई ऐसी शारीरिक गतिविधियाँ कर पाते हैं जो दर्द के कारण वे पहले नहीं कर पा रहे थे।
एमेथिस्ट में पाया जाने वाला एक दुर्लभ तत्व गोएथाइट है; यह संयोजन आपके ऑरिक क्षेत्र में सुंदरता लाता है। आप देखते हैं
आपके आस-पास की हर चीज में सुंदरता है और ऐसा लगता है कि सुंदरता आपकी ओर आकर्षित हो रही है।

रूबी

पृथ्वी पर पाए जाने वाले सबसे कठोर पदार्थों में से एक जो क्रिस्टलीकृत होकर निम्न रूप धारण करता है।
सारणीबद्ध और समचतुर्भुज प्रिज्मीय क्रिस्टल। माणिक किसी भी रंग के हो सकते हैं।
लाल।

सामान्य स्रोत: भारत, मेडागास्कर, म्यांमार, थाईलैंड
रेकी प्रतीक: सेई हे की, होन शा ज़े शो नेन
चक्र: हृदय
रेकी टिप: प्रेम की भावना को स्थिर करती है, इसे आपके द्वारा किए जाने वाले हर कार्य में लाती है, और भौतिक को आध्यात्मिक से जोड़ती है।

उपचार गुण
शारीरिक लाभ: हृदय, रक्त संचार, एनीमिया, रक्तस्राव और रक्त की कमी, निम्न रक्तचाप और शरीर से विषाक्त पदार्थों को निकालने में सहायक। रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाता है और संक्रमण से लड़ने में मदद करता है। शारीरिक ऊर्जा बढ़ाता है। मामूली चोट से लेकर गंभीर सर्जरी से उबरने तक, सभी प्रकार के ऊतकों की मरम्मत में मदद करता है। स्वस्थ मासिक धर्म चक्र के लिए अच्छा है। भ्रूण के स्वास्थ्य के लिए लाभकारी है।
भावनात्मक/आध्यात्मिक: जीवन के सभी क्षेत्रों में जोश बढ़ाता है। मानसिक स्वास्थ्य और उपचार, जीने की इच्छा और रचनात्मकता के लिए अच्छा है। भावनाओं को संतुलित करता है और ऊर्जा के प्रति संवेदनशीलता बढ़ाता है। अंतर्ज्ञान, भूतपूर्व जन्मों की याद, सुरक्षा, निर्णय लेने, नई शुरुआत और परिवर्तन में सहायक है। पीड़ा, कष्ट और दुख की भावना को दूर करता है। बुरे सपनों से बचाता है और अच्छे सपनों को बढ़ावा देता है। आध्यात्मिक मार्गदर्शकों से संपर्क, सूक्ष्म यात्रा, दूरस्थ दर्शन, ध्यान में चरम अनुभव और पुनर्जन्म में सहायक है। स्वास्थ्य, धन और दीर्घायु प्रदान करता है।

रूबी के बारे में और अधिक जानकारी
रूबी हृदय चक्र को उत्तेजित करती है, जिससे आप प्रेम ग्रहण करने और साझा करने के लिए तैयार हो जाते हैं। इसकी पोषणकारी ऊर्जा रेकी के साथ अद्भुत रूप से काम करती है, जिससे आपके जीवन में स्वास्थ्य, आध्यात्मिक ज्ञान और बुद्धि के साथ-साथ प्रचुरता और धन भी आता है। यह आपको जीवन में एक नया मार्ग या दिशा देखने में मदद कर सकती है और नकारात्मक भावनाओं को सकारात्मकता में बदल सकती है। यह सब स्वाभाविक रूप से होता है क्योंकि रूबी हृदय चक्र को संतुलित करती है। रेकी गुरु अक्सर दीक्षा कक्ष में और छात्रों की कुर्सियों के नीचे रूबी रखते हैं ताकि दीक्षा के दौरान हृदय चक्र से जुड़ाव स्थापित हो सके और वह खुल सके।
रूबी रेकी की कहानी से जुड़ती है, जिससे उसे यह अहसास होता है कि भौतिक और आध्यात्मिक के बीच संतुलन है। उसुई सेंसेई ने स्वयं रेकी की खोज के मार्ग पर इस बात को महसूस किया था और यह एक अभिन्न अंग है। रेकी शिक्षण। दूरस्थ उपचार के लिए रूबी का उपयोग करना उत्कृष्ट है (पृष्ठ 93 देखें)।
लोककथाओं के अनुसार, निर्णय लेने में सहायता के लिए माणिक का उपयोग एक सांचे में किया जाता था। यह भी कहा जाता था कि यदि आप अपने पास माणिक रखते हैं, तो आपका धन कभी आपसे दूर नहीं होगा। संभवतः यहीं से यह मान्यता उत्पन्न हुई कि माणिक पहनने या साथ रखने से दुख, बुरे सपने और बिजली गिरने से बचाव होता है। संयोगवश, मुझे लगता है कि वैज्ञानिक रूप से यह बात सही हो सकती है, क्योंकि मुझे ऐसी कोई

रिपोर्ट नहीं मिली है जिसमें माणिक पहने हुए किसी व्यक्ति पर बिजली गिरी हो। बाइबल में माणिक को महायाजक के कवच पर लगे पत्थरों में से एक बताया गया है।
एक माणिक्य रत्न आपके जीवन के सभी क्षेत्रों में आध्यात्मिक ऊर्जा लाने में मदद करेगा।

रिकॉर्ड कीपर रूबीज़
ये रूबी क्रिस्टल हैं जिनकी सतह पर एक या एक से अधिक उभरे हुए त्रिकोण होते हैं, और ये विशेष रूप से आपको आकाशिक अभिलेखों तक पहुंचने में मदद करने में सक्षम हैं।

स्टार रूबीज़
पॉलिश करने पर, इनमें तारे के समान एक तारामंडल दिखाई देता है, और ये ऊर्जा को शुद्ध करने, केंद्रित करने और ज्ञानोदय लाने के लिए अच्छे होते हैं।
क्वार्ट्ज क्रिस्टल

पृथ्वी पर पाया जाने वाला सबसे आम खनिज क्वार्ट्ज है; लगभग 78% पृथ्वी का मूल खनिज क्वार्ट्ज ही है।
ग्रह की सतह किसी न किसी रूप में इससे बनी होती है। हालाँकि, अच्छी बात यह है कि...
उच्च गुणवत्ता वाले क्वार्ट्ज़ क्रिस्टल दुर्लभ होते हैं। ये क्रिस्टल पारदर्शी या सफेद रंग में पाए जाते हैं।
प्रिज्मीय षट्कोणीय क्रिस्टल। यह ड्रूज़, दानों आदि के रूप में भी पाया जाता है।
और विशाल चट्टान (जिसे क्वार्ट्ज़ाइट के नाम से जाना जाता है)।

इसके सामान्य वैकल्पिक नाम: क्लियर क्वार्ट्ज़, रॉक क्रिस्टल, क्रिस्टल
सामान्य स्रोत: ब्राजील, चीन, मेडागास्कर, दक्षिण अफ्रीका गणराज्य, रूस, तिब्बत, संयुक्त राज्य अमेरिका (विशेष रूप से अर्कांसस)
रेकी के सभी प्रतीक:
चक्र: सभी
रेकी टिप: रेकी की शक्ति को बढ़ाकर और केंद्रित करके उसे और भी अधिक शक्तिशाली बनाएं।

उपचार गुण
शारीरिक लाभ: दर्द से राहत, मल्टीपल स्क्लेरोसिस (एमएस) और सीएफएस/एमई में लाभकारी। सांस लेने, देखने, सुनने, टिनिटस (कान में बजने की आवाज़) और संतुलन में मदद करता है। मधुमेह, हृदय के सामान्य स्वास्थ्य, मोटापा, वजन घटाने और रीढ़ की हड्डी को स्वस्थ रखने में भी सहायक है। भावनात्मक/आध्यात्मिक लाभ: जब आप थका हुआ महसूस कर रहे हों तो ऊर्जा प्रदान करता है। हृदय और भौंह चक्रों को बढ़ाता है, भावनाओं को मजबूत करता है और सकारात्मक विचारों को प्रेरित करता है। ध्यान में सहायक और नकारात्मकता का प्रतिकार करता है।

क्वार्ट्ज के बारे में और अधिक जानकारी
क्वार्ट्ज आपको ऊपर उठाता है और बेहतर महसूस कराता है। यह आपके जीवन में रोशनी लाता है, आपको खुश करता है, आपको नई ऊर्जा देता है, आपके मन को शांत करता है, ताजगी का एहसास कराता है और आपके जीवन की गुणवत्ता में सुधार करता है। इसे अक्सर "उपचारक क्रिस्टल" कहा जाता है क्योंकि यह किसी भी ऊर्जा को प्रवाहित कर सकता है और लगभग हर स्थिति में मदद कर सकता है। यह अधिकांश शारीरिक, मानसिक, भावनात्मक या आध्यात्मिक स्थितियों के दर्द और पीड़ा को कम करता है। मेरे लिए समस्या यह नहीं है कि यहाँ क्या शामिल किया जाए, बल्कि यह है कि क्या छोड़ा जाए। क्वार्ट्ज रेकी को संग्रहित, केंद्रित, रूपांतरित, प्रवर्धित, स्थानांतरित और संचारित कर सकता है; इस विचार के साथ, मैं जानकारी को इससे संबंधित रखने का प्रयास करूंगा। कहने का तात्पर्य यह है कि क्वार्ट्ज क्रिस्टल जगत का सबसे अद्भुत रामबाण है; अक्सर किसी विशेष स्थिति में क्रिस्टल की एक विशिष्ट किस्म बेहतर हो सकती है, लेकिन यदि आपको कोई संदेह है, तो आप हमेशा क्वार्ट्ज की मदद ले सकते हैं।
क्वार्ट्ज से जुड़ी उपचार पद्धतियों का उल्लेख मानव जाति के कुछ सबसे प्राचीन लेखों में मिलता है। क्वार्ट्ज़ का उपयोग बीमारियों और घावों को ठीक करने के लिए किया जाता रहा है; यह आत्माओं और देवताओं से संवाद स्थापित करने में सक्षम बनाता है; और यह वैज्ञानिक रूप से प्रमाणित गुणों को प्रदर्शित करता है, जैसे कि पीज़ोइलेक्ट्रिक प्रभाव और ठोस-अवस्था विद्युत क्षेत्र। इतिहास भर में लोगों ने क्वार्ट्ज़ को प्रकाश को प्रवाहित और केंद्रित करते हुए देखा है, और वह प्रकाश सचमुच हमारे अस्तित्व का आधार है—कई परंपराएँ कहती हैं कि हम "प्रकाश के प्राणी" हैं, "हम प्रकाश से आए हैं," या कुछ इसी तरह के कथन। जब एक क्वांटम भौतिक विज्ञानी भविष्य को देखती है, तो वह एक ऐसे ब्रह्मांड को प्रकट करती है जो ठोस पदार्थ से नहीं, बल्कि केवल प्रकाश के फोटॉनों से बना है। उसकी दृष्टि से हम वास्तव में प्रकाश के प्राणी हैं।
क्वार्ट्ज को "ध्यान का पत्थर" भी कहा जाता है, क्योंकि यह आपको ध्यान केंद्रित करने और उसे बनाए रखने में मदद करता है।
ध्यान की अवस्था। ध्यान के माध्यम से प्रेम, शांति, निर्मलता, मानसिक एकाग्रता, विनम्रता, विचारों की स्पष्टता, बेहतर स्मृति और ऊर्जा तथा अपने आसपास की दुनिया के प्रति अधिक जागरूकता प्राप्त हो सकती है। यह मन को शांत करने, चिंताओं को दूर करने और एकात्मता की भावना उत्पन्न करने में सहायक होता है।

लाल

लाल जैस्पर
क्वार्ट्ज की एक विशाल किस्म जो लोहे की अशुद्धियों के कारण लाल रंग की हो जाती है।

सामान्य स्रोत: ब्राजील, भारत
रेकी प्रतीक: राकु
चक्र: आधार
रेकी टिप: यह आपको ग्राहकों से सहानुभूतिपूर्ण पीड़ा ग्रहण करने से बचाता है।

उपचार गुण
शारीरिक: रक्त प्रवाह, सांस लेने और हमारी प्राचीन जीवन रक्षा प्रणालियों में मदद करता है। एथलीटों और सभी खिलाड़ियों के लिए अच्छा है। बीमारियों से बचाता है, एक सामान्य टॉनिक की तरह काम करता है और आपको स्वस्थ रखता है। भावनात्मक/आध्यात्मिक: सुरक्षा प्रदान करता है (जेट के साथ प्रयोग करने पर)। जीवन रक्षा की प्रवृत्ति को प्रोत्साहित करता है। पुनर्जन्म, नए विचारों को आत्मसात करने, ध्यान, स्वप्न स्मरण और स्थिरता के लिए अच्छा है।

गार्नेट
ये द्वादशफलकीय और समलम्बाकार क्रिस्टलों, पिंडों और परतदार "प्लेटों" के रूप में पाए जाते हैं। इनके रंगों में लाल, गुलाबी (यूडायलिट), गुलाबी/लाल (रोडोलाइट), हरा (ग्रोसुलराइट), पन्ना हरा (उवरोवाइट), काला (मेलानाइट), नारंगी (स्पेसर्टाइन), लाल/बैंगनी (अल्मांडीन), हरा-पीला (एंड्राडाइट) और पीला और भूरा (हेसोनाइट) शामिल हैं।

सामान्य स्रोत: भारत, रूस, अमेरिका
रेकी प्रतीक: सेई हे की
चक्र: हृदय और आधार
रेकी टिप: भावनात्मक क्षणों में आप हृदय चक्र पर छोटे गार्नेट का उपयोग करके सेई हे की प्रतीक बना सकते हैं।

उपचार गुण
शारीरिक लाभ: गठिया, संधिवात, विषाक्त पदार्थों को शरीर से बाहर निकालने, रक्त प्रवाह बढ़ाने, निम्न रक्तचाप को बढ़ाने, लाल रक्त कोशिकाओं के उत्पादन और उससे संबंधित एनीमिया, रक्त विकार, थायरॉइड की कम सक्रियता, स्फूर्ति और आयोडीन, कैल्शियम, मैग्नीशियम तथा विटामिन ए, डी और ई की कमी में सहायक। रीढ़ की हड्डी और रीढ़ की हड्डी के द्रव, हड्डियों, हृदय, फेफड़े, आंखों, यकृत और अग्न्याशय के स्वास्थ्य को बेहतर बनाता है। क्षतिग्रस्त ऊतकों में रक्त प्रवाह बढ़ाकर और विषाक्त पदार्थों को हटाकर ऊतकों के पुनर्जनन और मरम्मत की आवश्यकता वाली सभी स्थितियों में सहायता करता है, साथ ही घावों और ऑपरेशन के बाद के उपचार में भी सहायक है।
भावनात्मक/आध्यात्मिक: यह आपको कठिन समय में धैर्य और दृढ़ता प्रदान करता है। यह भावनात्मक संतुलन, रचनात्मक ऊर्जा, प्रचुरता और जागरूकता लाता है। यह अवसाद, यौन इच्छा को संतुलित करने, परिवर्तन, भावनात्मक आघात, अराजकता, व्यवधान, मृत्यु की प्रक्रिया और अंत्य जीवन देखभाल से निपटने में सहायक है। यह कायाकल्प, युवावस्था, जादू, आध्यात्मिक भक्ति, प्रवाह, आभा, ध्यान, प्रेम और अपने उच्चतर स्व से जुड़ाव से संबंधित है। संख्याओं के साथ काम करने वाले लोगों के लिए लाभकारी है। यात्रा की संभावनाओं को खोलता है।

फाल्कन की आँख
क्वार्ट्ज का एक प्रकार जिसने रेशेदार क्रोसिडोलाइट को प्रतिस्थापित कर दिया है, जिससे एक ऐसा पत्थर बचा है जो अपनी रेशेदार संरचना के कारण चटोकता प्रदर्शित करता है और मुख्य रूप से लौह ऑक्साइड के कारण लाल रंग का होता है।

सामान्य वैकल्पिक नाम: लाल बाघ की आँख। सामान्य स्रोत: दक्षिण अफ्रीका गणराज्य
रेकी प्रतीक: चो कू री
चक्र: आधार
रेकी टिप: यह उसुई और तिब्बती रेकी मास्टर्स के लिए कारगर है जो मानसिक चिकित्सा का अभ्यास करते हैं।

उपचार गुण
शारीरिक लाभ: यह पुरुष और महिला दोनों के प्रजनन तंत्र, प्रजनन क्षमता और धूप से होने वाले जलन से राहत दिलाने में सहायक है। भावनात्मक/आध्यात्मिक लाभ: यह भावनाओं को जागृत करने और कामुकता से जुड़ने में मदद करता है। यह आपको केवल सोचने के बजाय व्यावहारिक बनने और काम करने के लिए प्रोत्साहित करता है। किसी भी समस्या के मूल कारणों को समझने में भी सहायक है।

मूकाइट
जैस्पर की एक किस्म जिसमें लाल और क्रीम रंग के पैटर्न बने होते हैं। छोटे टुकड़ों में केवल एक ही रंग दिखाई दे सकता है।

सामान्य स्रोत: ऑस्ट्रेलिया
रेकी प्रतीक: राकु
चक्र: आधार
रेकी टिप: बच्चों का उपचार करते समय अपने पास मूकाइट रखें, क्योंकि यह आपको उनकी ऊर्जा से जुड़ने और उन्हें समझने में मदद करता है।

उपचार गुण
शारीरिक: थायरॉइड, वजन घटाने और पेट के स्वास्थ्य के लिए अच्छा है। हर्निया और शरीर में पानी जमा होने में सहायक है। भावनात्मक/आध्यात्मिक: स्थिरता, आत्मसम्मान, सपनों, ध्यान, समझ, संचार, शांति, सुरक्षा, निर्णय लेने और नए विचारों के लिए अच्छा है। भय, अवसाद, अकेलापन और बच्चों की देखभाल से निपटने में मदद करता है। नौकरी ढूंढने और रचनात्मकता में सहायक है। जीवन में सही दिशा खोजने और अपने चुने हुए मार्ग पर आगे बढ़ने में मदद करता है।

लाल कैल्साइट
एक प्रकार का विशाल कैल्साइट।
सामान्य स्रोत: मेक्सिको
रेकी प्रतीक: सेई हे की
चक्र: आधार
रेकी टिप: घबराए हुए मरीजों के लिए इसे अपने थेरेपी बेड के नीचे रखें।

उपचार गुण
शारीरिक: शारीरिक ऊर्जा को शांत करता है और एडीएचडी, पानी के अवशोषण और तनाव से संबंधित दस्त में मदद करता है। भावनात्मक/आध्यात्मिक: मन को शांत करने, घबराहट के दौरे, चिंता, ओसीडी, तनाव और बेचैनी में फायदेमंद है। अधिकांश स्थितियों को तुरंत शांत करता है।

नारंगी

कार्नेलियन
कैल्सेडोनी की एक किस्म जो नारंगी रंग के कंकड़ बनाती है।

सामान्य वैकल्पिक नाम: कॉर्नेलियन, सार्ड
सामान्य स्रोत: विश्व भर में (विशेष रूप से ब्राजील, भारत और उरुग्वे)
रेकी प्रतीक: चो कू री
चक्र: त्रिकास्थि
रेकी टिप: जब आप थका हुआ महसूस कर रहे हों, तो बैठ जाएं और 10 मिनट के लिए कार्नेलियन फूल को पकड़ें।

उपचार गुण
शारीरिक लाभ: यह सांस लेने संबंधी विकार, अस्थमा, हे फीवर, रक्त में ऑक्सीजन की मात्रा, संतुलन, सामान्य सर्दी-जुकाम, पाचन, स्फूर्ति, संक्रमण, पीलिया, स्मृति, तंत्रिका दर्द, ब्रोंकाइटिस, बोलने की क्षमता, ऊतक पुनर्जनन, सीएफएस/एमई और मामूली चोटों और खरोंचों (त्वचा पर लगाने के लिए) में सहायक है। यह पित्ताशय, यकृत, फेफड़े, गुर्दे, अग्न्याशय, आवाज, रीढ़ की हड्डी, प्लीहा और थायरॉयड के स्वास्थ्य को बेहतर बनाता है।
भावनात्मक/आध्यात्मिक: यह ऊर्जा प्रदान करता है और मन को प्रसन्न करता है। यह भूख को संतुलित करता है, खाने संबंधी विकारों में लाभकारी है और प्यास को कम करता है। क्रोध, ईर्ष्या, भय, रोष, दुःख, भ्रम, जलन, उदासीनता, सुस्ती और आलस्य को नियंत्रित करने में सहायक है। यह एकाग्रता, साहस, करुणा, आत्मशक्ति, आत्मसम्मान और आत्मविश्वास प्रदान करता है। यह अध्ययन, प्रेरणा, आध्यात्मिक जुड़ाव, ध्यान साधना और जिज्ञासा से संबंधित है। यह आपको रोग और भावनाओं के बीच संबंध समझने में मदद करता है ताकि आप भावनाओं से निपट सकें और रोग से बचाव कर सकें। आत्मविश्वास, साहस और ऊर्जा के इस संयोजन के कारण यह अभिनेताओं और संगीतकारों जैसे कलाकारों के लिए विशेष रूप से उपयुक्त है।

नारंगी कैल्साइट
चमकीले से हल्के नारंगी रंग के पत्थर।

सामान्य स्रोत: मेक्सिको
रेकी प्रतीक: दाई को मायो
चक्र: त्रिकास्थि
रेकी टिप: व्यावसायिक बैठकों के कमरों में नारंगी रंग का कैल्शियम कार्बोनेट रखने से वातावरण में शांति आती है।

उपचार गुण
शारीरिक: ऊर्जा को संतुलित करता है, जिससे आवश्यकतानुसार शारीरिक शांति और स्फूर्ति मिलती है, और जीवन शक्ति के लिए अच्छा है। भावनात्मक/आध्यात्मिक: प्रेरणा, हंसी और आनंद लाता है। आक्रामकता, झगड़ालू स्वभाव, उग्रता और शत्रुता को शांत करता है।

मगरमच्छ
प्रिज्मीय नारंगी क्रिस्टल, पिंड और समूह।

सामान्य स्रोत: ऑस्ट्रेलिया
रेकी प्रतीक: दाई को मायो
चक्र: त्रिकास्थि
रेकी टिप: भावनात्मक, मानसिक, शारीरिक और आध्यात्मिक, सभी प्रकार के परिवर्तनों के लिए एक बेहतरीन सहारा।

उपचार गुण
शारीरिक: प्रजनन प्रणाली के लिए और मृत्यु, मरणासन्न अवस्था और जीवन के अंतिम क्षणों की देखभाल के लिए लाभकारी। भावनात्मक/आध्यात्मिक: अंतर्ज्ञान और रचनात्मकता को बढ़ावा देता है। कामुकता बढ़ाता है। बड़े और कठिन निर्णयों और जीवन में होने वाले परिवर्तनों में सहायता करने के लिए उत्कृष्ट है, इसीलिए इसे "तलाक का पत्थर" कहा जाता है। तनाव कम करता है और भावनाओं को शांत करता है। कोई अमृत नहीं।

[redacted]

[redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted]

[redacted]: [redacted]
[redacted]: [redacted] [redacted] [redacted]
[redacted]: [redacted]
[redacted]: [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted]

[redacted]

[redacted]: [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted]

[redacted]

[redacted]

[redacted]: [redacted], [redacted]
[redacted]: [redacted]
[redacted]: [redacted]—[redacted], [redacted]
[redacted]: [redacted]

[redacted]

[redacted]: [redacted], [redacted]

[redacted]:

पीला

सिट्रीन
क्वार्ट्ज का एक पीला, सुनहरा या नींबू जैसा रंग। इसका रंग ज्वालामुखी और अन्य भू-गतिविधियों से उत्पन्न गर्मी के कारण होता है।

सामान्य स्रोत: ब्राजील, कांगो लोकतांत्रिक गणराज्य
रेकी प्रतीक: चो कू री
चक्र: सौर जाल
रेकी सलाह: सिट्रीन प्रेरणा को बनाए रखने में मदद करता है और रेकी मास्टर्स के लिए अपने शिक्षण मैनुअल लिखने और थेरेपिस्टों के लिए विज्ञापन सामग्री तैयार करने में उत्कृष्ट है। मेरा भरोसेमंद लेखन रत्न सिट्रीन है।

उपचार गुण
शारीरिक लाभ: यह पाचन तंत्र के सभी अंगों के लिए, मुख से लेकर गुदा तक, लाभकारी है और क्रोहन रोग, आईबीएस और कोलाइटिस जैसे संबंधित विकारों में सहायक है। यह ऊर्जा स्तर, पीलिया, मतली और उल्टी, ऊतक पुनर्जनन, विषाक्त पदार्थों को शरीर से बाहर निकालने, एनीमिया, दृष्टि और हृदय, गुर्दे, यकृत, थायरॉइड और थाइमस ग्रंथियों के स्वास्थ्य में भी मदद करता है।
भावनात्मक/आध्यात्मिक: यह सभी रूपों में प्रचुरता लाता है: स्वास्थ्य, धन और सुख। रचनात्मकता के लिए उत्कृष्ट। मन को शांति देने वाला रत्न। निर्णय लेने, रिश्तों को सुधारने, क्रोध को नियंत्रित करने, आत्मसम्मान बढ़ाने, भावनात्मक विषाक्त पदार्थों से मुक्ति पाने, यिन/यांग संतुलन बनाए रखने, शिक्षण और अध्ययन (सीखने), समस्या समाधान, जागरूकता, नई शुरुआत करने और आभा को मजबूत करने में सहायक।
अन्य: घर बेचने में मदद करता है—इसे "धन का पत्थर" के नाम से जाना जाता है।

गोल्डन लैब्राडोराइट
फेल्डस्पार का एक सुनहरा रूप जो लैब्राडोरेसेंस प्रदर्शित करता है।

सामान्य वैकल्पिक नाम: सनस्टोन, अमेरिकन सनस्टोन
सामान्य स्रोत: संयुक्त राज्य अमेरिका
रेकी प्रतीक: दाई को मायो, चो कू री
चक्र: सौर जाल, मुकुट चक्र
रेकी टिप: यह अंधकार में प्रकाश लाती है, शरीर और आत्मा को प्रकाशित करती है—यह उन सभी लोगों के लिए कारगर है जो अपने जीवन में कठिन समय का सामना कर रहे हैं।

उपचार गुण
शारीरिक रूप से: यह मस्तिष्क के दाएं/बाएं संतुलन (जादू और विज्ञान, अंतर्ज्ञान और बुद्धि) के लिए अच्छा है, जिससे समझ विकसित होती है।
भावनात्मक: आत्मविश्वास बढ़ाता है। मन को हल्का और सकारात्मक उद्देश्यपूर्ण बनाता है, मानो आपके जीवन में सुनहरी धूप की किरणें भर गई हों। रचनात्मकता, प्रेरणा, मौलिकता और नई शुरुआत के लिए अच्छा है।

ताँबा
एक ऐसी धातु जो अनियमित आकार, डेंड्राइट, प्लेट और रोम्बोहेड्रल क्रिस्टल बनाती है।

सामान्य स्रोत: संयुक्त राज्य अमेरिका
रेकी प्रतीक: चो कू री
चक्र: त्रिकास्थि
रेकी टिप: ऊर्जा को असाधारण रूप से अच्छी तरह से प्रवाहित करती है—तांबे के एक टुकड़े (पृष्ठ 38 देखें) पर रेकी करें और इसे किसी ऐसे मित्र या ग्राहक को दें जिसे ऊर्जा की आवश्यकता हो।

उपचार गुण

शारीरिक लाभ: रक्त संचार, शारीरिक थकावट, सुस्ती, सामान्य कमजोरी, थकान, विषाक्त पदार्थों को शरीर से बाहर निकालने और स्फूर्ति प्रदान करने में सहायक। विषाक्त पदार्थों से बचाव और उनके लक्षणों को कम करने में मदद करता है। संक्रमित घावों के लिए और चयापचय को उत्तेजित करने में लाभकारी। जोड़ों की समस्याओं, जैसे सूजन और बर्साइटिस में भी फायदेमंद है, और क्राइसोकोला के साथ मिलकर गठिया और संधिवात का उपचार कर सकता है।
भावनात्मक/आध्यात्मिक: यह एक ऐसा रत्न है जो मन को शांति और सुकून देता है और भावनात्मक संतुलन स्थापित करता है। यह ऊर्जा को बढ़ाकर भावनात्मक थकावट को कम करता है और बेचैनी व अतिउत्तेजना को शांत करता है। यह कामुकता से भी जुड़ा है और कामेच्छा को बढ़ाता है।

बाल्टिक एम्बर
प्रागैतिहासिक वृक्षों से प्राप्त जीवाश्म राल जिसमें पशु और/या पौधों की सामग्री के अंश हो सकते हैं। रंगों में पीला से नारंगी और भूरा (सबसे आम - प्राकृतिक एम्बर का लगभग 70%), लाल, हरा, नीला, काला (बहुत गहरा लाल या भूरा भी हो सकता है), और सफेद शामिल हैं।

एकमात्र स्रोत: बाल्टिक सागर क्षेत्र
रेकी इलेक्ट्रॉन: माननीय शा ज़े शो नेन
चक्र: सौर जाल
रेकी का एक सुझाव: यह अतीत के घावों को भरने में मदद करता है—बचपन और पिछले जन्मों से संबंधित समस्याओं को दूर करता है।

उपचार गुण
शारीरिक लाभ: मुँहासे, कब्ज (एक औषधि के रूप में), शरीर से विषाक्त पदार्थों को निकालने, हृदय स्वास्थ्य, हार्मोन, ऑपरेशन के बाद घाव भरने, अस्थमा और गले, गुर्दे और मूत्राशय संबंधी समस्याओं में सहायक। बाहरी औषधि के रूप में, यह जीवाणु संक्रमणों के लिए कीटाणुनाशक और एंटीसेप्टिक का काम करती है।
भावनात्मक/आध्यात्मिक: यह अतीत के आघात, भय और पीड़ा से मुक्ति दिलाने में सहायक है, इसलिए पूर्व जन्मों के उपचार और स्मरण के लिए अच्छा है। यह मन को शांत करता है और बचपन की समस्याओं, स्मृति विकार, अन्यमनस्कता, दुर्व्यवहार से उबरने, दबी हुई भावनाओं और नकारात्मकता को दूर करने, यिन/यांग संतुलन, द्विध्रुवी विकार और सिज़ोफ्रेनिया में मदद करता है। यह सपनों और लक्ष्यों की पूर्ति को प्रोत्साहित करता है। यह विवाह प्रतिज्ञाओं के नवीनीकरण का प्रतीक है (जैसे शाश्वत अंगूठी)। यह स्थानों को शुद्ध करता है और नकारात्मकता को दूर करता है, इसलिए उपचार, कार्यशालाओं और चिकित्सा कक्षों के लिए उपयुक्त है। पहनने पर, यह शरीर, मन और आत्मा को शुद्ध करने में मदद करता है।

पीला जैस्पर
कैल्सेडोनी की एक पीली किस्म।

सामान्य स्रोत: दक्षिण अफ्रीका गणराज्य
रेकी प्रतीक: सेई हे की
चक्र: सौर जाल
रेकी का एक सुझाव: यह आपको बीमारी के मूल कारण को समझने में मदद कर सकता है।

उपचार गुण
शारीरिक: पाचन क्रिया, विशेष रूप से पोषक तत्वों के अवशोषण के लिए अच्छा है और ऊर्जा बढ़ाता है। भावनात्मक/आध्यात्मिक: यात्रियों को सुरक्षा प्रदान करता है। बौद्धिक गतिविधियों और विचारों के आत्मसात करने को प्रोत्साहित करता है, जिससे बेहतर समझ विकसित होती है।

टाइगर की आँख
एस्बेस्टस की जगह क्वार्ट्ज़ का प्रयोग किया जाता है (नीले रंग को क्रोसिडोलाइट कहते हैं; सामान्य रंग को सुनहरा कहते हैं) जो रेशेदार संरचना के कारण चटोकिता प्रदर्शित करता है। इसके रंगों में सुनहरा/पीला/भूरा, नीला (हॉक आई) और लाल (फाल्कन आई) शामिल हैं।

एकमात्र स्रोत: दक्षिण अफ्रीका गणराज्य
रेकी प्रतीक: चो कू री
चक्र: सौर जाल
रेकी टिप: घबराए हुए मरीज की झिझक दूर करने में सहायक।

उपचार गुण
शारीरिक लाभ: संपूर्ण पाचन तंत्र और पाचन संबंधी विकारों एवं बीमारियों, जैसे कि पेट फूलना, मतली और मूत्रमार्ग संक्रमण, के लिए लाभकारी है। आंखों के स्वास्थ्य, आंखों की बीमारियों, रात्रि दृष्टि और हड्डियों के टूटने में भी सहायक है।

भावनात्मक/आध्यात्मिक: चुनौतीपूर्ण समय से निपटने और जीवन के लक्ष्यों को प्राप्त करने का साहस देता है—यह एक ऐसा रत्न है जो आपको आगे बढ़ने के लिए प्रेरित करता है! यह संकोच को दूर करता है और अंतर्मुखता, भय, नकारात्मकता, संकीर्ण सोच, स्थिरता और दूरस्थ उपचार में सहायक है। यह मन को तेज करता है और अंतर्ज्ञान और सहज ज्ञान को जगाता है, इसलिए यह जांच-पड़ताल (पुलिस, वैज्ञानिकों, बीमाकर्ताओं और लेखाकारों जैसे लोगों के लिए उपयोगी), अवसाद, संतुलन, नई शुरुआत और धन के लिए अच्छा है। यह एक ऐसा रत्न है जो मन को शांति और सुकून देता है और संतुलन (यिन/यांग और दाएं/बाएं मस्तिष्क का संतुलन सहित) स्थापित करता है। यह बेचैनी को कम करता है और चिंताओं को दूर करता है। जानबूझकर बाधा डालने वाले लोगों के लिए भी यह अच्छा है।

गोल्डन हीलर क्वार्ट्ज
क्वार्ट्ज क्रिस्टल पर या उसके भीतर मौजूद पीले रंग की लोहे की परत।

सामान्य वैकल्पिक नाम: सुनहरा क्वार्ट्ज, पीला क्वार्ट्ज (यह एक गलत नाम है)
सामान्य स्रोत: विश्वव्यापी (क्वार्ट्ज देखें, पृष्ठ 109)
रेकी प्रतीक: सेई हे की
चक्र: सभी, विशेषकर हृदय चक्र
रेकी टिप: स्वयं के उपचार के लिए इस क्रिस्टल के साथ काम करने का प्रयास करें।

उपचार गुण
शारीरिक: यह मेरिडियन के माध्यम से ऊर्जा के प्रवाह में सहायता करता है, जिससे सभी शारीरिक उपचार और प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूती मिलती है। यह जलने, धूप से झुलसने, कटने और खरोंच जैसी त्वचा की क्षति को ठीक करने में सहायक है। भावनात्मक/आध्यात्मिक: यह ऊर्जा के उतार-चढ़ाव को सुगम बनाता है और सभी भावनात्मक उपचार में मदद करता है। यह आभा को मजबूत करने, जीवनशैली में बदलाव और व्यवहार संबंधी विकारों को दूर करने में सहायक है। यह भय, अतीत के दुखों और आत्म-निर्णयात्मक विचारों को दूर करता है, और विशेष रूप से तब सहायक होता है जब आपको लगता है कि आप जीवन की अच्छी चीजों के लायक नहीं हैं। यह प्रचुरता और समृद्धि को आकर्षित करता है, और रिश्तों के लिए अच्छा है, अतीत से नाता तोड़ने, भावनात्मक संतुलन लाने और निराशा के बाद आत्म-सम्मान को बहाल करने में सहायक है। यह शुद्ध करता है, मन को शांत करता है, नई ऊर्जा प्रदान करता है; यह पुनर्जन्म का पत्थर है। यह एक ऐसा रत्न है जो आपको जीवन में आगे बढ़ने में मदद करेगा। यह आघातजन्य ऊर्जा से ग्रसित कमरों को ठीक करता है। यह यिन/यांग को संतुलित करता है।

लीबियाई स्वर्ण टेक्टाइट
टेक्टाइट एक प्रकार का उल्कापिंडीय कांच है, जो पृथ्वी से उल्कापिंड के टकराने से उत्पन्न अत्यधिक ताप से बनता है। ताप इतना तीव्र होता है कि उल्कापिंड और पृथ्वी की सतह दोनों पिघल जाते हैं, और अंतरिक्ष सामग्री और पृथ्वी के इस मिश्रण के ठंडा होने पर टेक्टाइट का निर्माण होता है। लीबियाई स्वर्ण टेक्टाइट एकमात्र दुर्लभ पीली किस्म है; अधिक सामान्य रूप से काले या भूरे रंग के टेक्टाइट पाए जाते हैं, और एक दुर्लभ हरी किस्म, मोल्डावाइट भी मौजूद है।

सामान्य वैकल्पिक नाम: लीबियाई रेगिस्तानी कांच, लीबियाई कांच
एकमात्र स्रोत: सहारा रेगिस्तान (लीबिया)
रेकी इलेक्ट्रॉन: माननीय शा ज़े शो नेन
चक्र: मुकुट
रेकी टिप: यह समय और स्थान के माध्यम से जुड़ती है, ठीक उसी तरह जैसे इसका प्रतीक, होन शा ज़े शो नेन।

उपचार गुण
शारीरिक रूप से: रक्त संचार, बुखार, निर्जलीकरण, खराब मौसम के लंबे समय तक संपर्क में रहने और प्रजनन क्षमता (विशेष रूप से ओव्यूलेशन) के लिए अच्छा है।
भावनात्मक: यिन/यांग संतुलन, कलात्मक प्रचुरता की ओर ले जाने वाली रचनात्मकता, तर्कशक्ति, टेलीपैथी और ईएसपी, मानसिक चिकित्सा, ध्यान (चरम अनुभव तक पहुँचने और उसे बनाए रखने), दूरस्थ उपचार और अन्य लोकों से संपर्क के लिए अच्छा है। यह अव्यवस्थित परिस्थितियों को पुनर्व्यवस्थित करता है

और विशेष रूप से तब उपयोगी होता है जब आपको लगता है कि आपकी दुनिया आपके चारों ओर बिखर रही है। दूर के मित्रों और परिवार से संबंध स्थापित करने में सहायक है।

हरा

मैलाकाइट
क्रिस्टलीय समूह, ड्रूज़, बॉट्रियोइडल संरचनाएं और विकिरणित रेशेदार क्रिस्टलों के गुच्छे पाए जाते हैं। एकल प्रिज्मीय क्रिस्टल दुर्लभ हैं। एज़ुराइट के मैलाकाइट स्यूडोमॉर्फ अधिक सामान्य हैं, जो अधिक सपाट क्रिस्टल बनाते हैं। रंग हरा होता है, अक्सर हरे रंग की विभिन्न छटाओं और काली धारियों के साथ।

सामान्य स्रोत: कांगो लोकतांत्रिक गणराज्य, संयुक्त राज्य अमेरिका
रेकी प्रतीक: सेई हे की
चक्र: हृदय
रेकी का सुझाव: भावनात्मक उपचार के लिए उत्कृष्ट—यह हमारे द्वारा बनाई गई दीवारों पर हथौड़ा चलाने जैसा है।

उपचार गुण
शारीरिक स्वास्थ्य: यह एक सर्वांगीण उपचारक है। यह अस्थमा, गठिया, हड्डियों के टूटने, मिर्गी, दृष्टि, सहनशक्ति, सूजन, संधिवात, सूजन, ऊतक पुनर्जनन, ट्यूमर, मांसपेशियों के फटने, प्रतिरक्षा प्रणाली और विषहरण में सहायक है, साथ ही रक्त, हृदय, अग्न्याशय, पिट्यूटरी ग्रंथि, प्लीहा और दांतों के स्वास्थ्य के लिए भी फायदेमंद है। यह प्रसव को सुगम बनाता है और इसमें एंटीसेप्टिक गुण होते हैं।
भावनात्मक/आध्यात्मिक: तीव्र, सशक्त और प्रभावी भावनात्मक शुद्धि। मन को शांत करता है और भावनात्मक संतुलन तथा सुकून भरी नींद लाता है। अनिद्रा, स्वप्न व्याख्या, अवसाद, द्विध्रुवी विकार और ध्यान में सहायक।
कोई अमृत नहीं

रूद्राक्ष
अभ्रक के कणों से युक्त क्वार्ट्ज की एक किस्म, जो धब्बेदार या चमकीला प्रभाव देती है। आमतौर पर हरा होता है; अन्य रंगों में नीला, सफेद, लाल/पीच और भूरा शामिल हैं।

सामान्य स्रोत: ब्राजील, भारत
रेकी प्रतीक: सेई हे की
चक्र: हृदय। रेकी टिप: "एनर्जी वैम्पायर" द्वारा आपकी ऊर्जा को सोखने से रोकने के लिए बहुत अच्छा है।

उपचार गुण
शारीरिक: मांसपेशियों की चोटों और समस्याओं के लिए एक कारगर रत्न। फेफड़े, हृदय, अधिवृक्क ग्रंथियों और मूत्रजनन प्रणाली के स्वास्थ्य के लिए अच्छा है, और प्रतिक्रिया गति बढ़ाने में सहायक है, इसलिए खिलाड़ियों के लिए फायदेमंद है। भावनात्मक/आध्यात्मिक: शांत और तनावमुक्त करता है। भावनाओं को सुरक्षित और शांत करता है। परीक्षा से पहले और परीक्षा के तनाव, रचनात्मकता, प्रेरणा, यिन/यांग संतुलन, निर्णय लेने, नेतृत्व क्षमता और आध्यात्मिक मार्गदर्शकों से जुड़ने में सहायक है। सफलता दिलाता है।

हरा मॉस एगेट
पारदर्शी या अर्धपारदर्शी हरे, सफेद और साफ रंग के काई जैसे पैटर्न वाले एगेट के पिंड। यह लाल, पीले, भूरे, काले और नीले रंग में भी पाया जाता है।

सामान्य स्रोत: भारत
रेकी प्रतीक: सेई हे की
चक्र: हृदय
रेकी टिप: दबी हुई भावनाओं को बाहर निकालने में मदद करती है।

उपचार गुण
शारीरिक लाभ: विषाक्त पदार्थों को शरीर से बाहर निकालने, प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करने, निर्जलीकरण, आंखों की समस्याओं, फंगल संक्रमण, पाचन क्रिया, सर्दी-जुकाम के लक्षणों और त्वचा संबंधी विकारों (त्वचा पर लगाने वाले लोशन के रूप में) के लिए अच्छा है।
भावनात्मक/आध्यात्मिक: चिंता, तनाव और बेचैनी से राहत दिलाता है। धन-संपत्ति लाता है। अन्य: पौधों, नई फसलों, घर के पौधों, बगीचों और पेड़ों के स्वस्थ विकास और वृद्धि के लिए बहुत अच्छा है।

जेड

जेड कई रंगों में पिंडों के रूप में पाया जाता है, जिनमें हरा, नारंगी, भूरा, नीला, क्रीम, सफेद, लैवेंडर, लाल, धूसर और काला शामिल हैं। जेड के प्रकारों में जेडाइट और नेफ्राइट शामिल हैं।

सामान्य स्रोत: कनाडा, चीन, म्यांमार, अमेरिका
रेकी प्रतीक: दाई को मायो
चक्र: हृदय
रेकी सलाह: प्रजनन और मासिक धर्म संबंधी सभी समस्याओं के लिए एक अत्यंत स्त्रीत्वपूर्ण क्रिस्टल।

उपचार गुण
शारीरिक लाभ: मुँहासे, अस्थमा, लसीका तंत्र, जीवाणु और वायरल संक्रमण, आँखों के विकार, प्रतिरक्षा प्रणाली, दीर्घायु, सामान्य अस्वस्थता और जोड़ों (विशेषकर कूल्हों), हड्डियों, पित्ताशय, हृदय, गुर्दे, मांसपेशियों, प्लीहा और मूत्राशय के स्वास्थ्य में सहायक। उच्च रक्तचाप को कम करता है। महिलाओं के प्रजनन तंत्र के लिए लाभकारी, जिसमें फैलोपियन ट्यूब, प्रजनन क्षमता, अंडाशय, मासिक धर्म चक्र, माहवारी, मासिक धर्म के दर्द, पीएमएस, योनि और गर्भाशय शामिल हैं। त्वचा और बालों के लिए भी लाभकारी (एक औषधि के रूप में)।
भावनात्मक/आध्यात्मिक: यह आपको महत्वपूर्ण निर्णय लेने में समझदारी प्रदान करता है। यह दुर्घटनाओं के शिकार लोगों की मदद करता है। यह संतुलन (विशेषकर भावनात्मक), आत्मविश्वास, साहस और करुणा को बढ़ावा देता है। यह स्थिरता, न्याय, विनम्रता, नकारात्मकता, सिज़ोफ्रेनिया और समस्या समाधान में सहायक है। यह सपनों और उन्हें याद रखने की क्षमता को बढ़ाता है (तकिये के नीचे रखें)। यह सपनों, लक्ष्यों और आदर्शों को प्रोत्साहित करता है। यह प्राचीन सभ्यताओं और ज्ञान से जुड़ाव, सुरक्षा, आंतरिक और बाह्य शांति और आध्यात्मिक जगत से संपर्क स्थापित करने का अवसर प्रदान करता है। अन्य: यह बच्चों के लिए ज्ञान, सौभाग्य और दीर्घायु लाने वाला पारंपरिक पहला पत्थर है।

क्लिनोक्लोर
क्लोराइट एक खनिज है जो हरे/सफेद, रंगहीन और पीले रंग के पिंडों के रूप में और कभी-कभी क्रिस्टल के रूप में भी पाया जाता है।

सामान्य वैकल्पिक नाम: सेराफिनाइट
सामान्य स्रोत: रूस
रेकी प्रतीक: सेई हे की
चक्र: हृदय
रेकी टिप: यह आपको अपने रेकी मार्गदर्शक से जुड़ने में मदद करता है।

उपचार गुण
भौतिक: गंभीर स्थितियों को स्थिर करता है।
भावनात्मक/आध्यात्मिक: रिश्तों, टूटे दिल, अज्ञात के भय, स्वर्गदूतों और संरक्षकों से जुड़ाव, पालन-पोषण और आध्यात्मिक प्रेम के लिए अच्छा है।

क्रिसोकोला
यह परतों, समूहों, बोट्रियोइडल संरचनाओं और ड्रूज़ के रूप में पाया जाता है।

सामान्य स्रोत: पेरू, संयुक्त राज्य अमेरिका
रेकी प्रतीक: दाई को मायो
चक्र: हृदय
रेकी टिप: गठिया के लिए सबसे कारगर क्रिस्टल, खासकर तांबे के साथ मिलाकर इस्तेमाल करने पर।

उपचार गुण
शारीरिक लाभ: पाचन, कूल्हों, जोड़ों, गठिया, संधिवात, चयापचय, मासिक धर्म के दर्द, पीएमएस, स्त्री यौन स्वास्थ्य, थायरॉइड, उच्च रक्तचाप, अग्नाशय, मधुमेह (इंसुलिन उत्पादन और रक्त शर्करा स्तर),

मांसपेशियों और मांसपेशियों में ऐंठन (विशेषकर हाथों और पैरों में), बेचैन पैर सिंड्रोम, रक्त विकार (जैसे ल्यूकेमिया), फेफड़े, फेफड़ों की बीमारियों (जैसे टीबी, अस्थमा, ब्रोंकाइटिस और एम्फीसेमा), रक्त का ऑक्सीकरण, सांस लेने में आसानी और फेफड़ों की क्षमता में वृद्धि के लिए लाभकारी। अल्सर से बचाव करता है। भ्रूण और शिशुओं के स्वस्थ विकास को बढ़ावा देता है। भावनात्मक/आध्यात्मिक: यह एक ऐसा रत्न है जो मन को शांति देता है, पृथ्वी के उपचार में, तनावपूर्ण स्थितियों में, नकारात्मक भावनाओं को दूर करने में, रिश्तों को पुनर्जीवित करने में, साथ ही रचनात्मकता, अपराधबोध, भय और तनाव को कम करने में सहायक होता है। यह टूटे हुए दिल को ठीक करने में मदद करता है। यह उन लोगों के लिए अच्छा रत्न है जिन्हें अक्सर गलतियाँ करने की आदत होती है।

हरा कैल्साइट
चमकीले पन्ना हरे से लेकर हल्के हरे रंग के पिंड।

सामान्य स्रोत: मेक्सिको
रेकी प्रतीक: सेई हे की
चक्र: हृदय
रेकी टिप: यदि आपका क्लाइंट घबराया हुआ है, तो उपचार शुरू करने से पहले उसके दोनों हाथों में एक-एक मोटा हरा कैल्साइट क्रिस्टल रख दें।

उपचार गुण
शारीरिक: संक्रमण की रोकथाम और उपचार में सहायक। घबराहट के कारण होने वाली ऐंठन को शांत करता है। भावनात्मक/आध्यात्मिक: अत्यंत शांत करने वाला और त्वरित प्रभाव डालने वाला, इसलिए पैनिक अटैक और चिंता कम करने में उत्कृष्ट है। जब दूसरे आप पर हंस रहे हों तो उससे निपटने में मदद करता है।

उवरोवाइट
गार्नेट की पन्ना हरे रंग की किस्म।

सामान्य स्रोत: रूस
रेकी प्रतीक: सेई हे की
चक्र: हृदय
रेकी टिप: यदि आप रेकी मास्टर हैं, तो इसे अपने शिक्षण स्थान पर रखें, क्योंकि यह शिक्षकों को दिल से बोलने के लिए प्रेरित करने में मदद करता है।

[redacted]

[redacted]: [redacted] [redacted] [redacted]

पन्ना

बेरील की हरी रत्न किस्म।

सामान्य स्रोत: रत्न गुणवत्ता के लिए कोलंबिया, वाणिज्यिक श्रेणी के लिए ब्राजील
रेकी प्रतीक: सेई हे की
चक्र: हृदय
रेकी टिप: अपने जीवन में प्रेम लाने के लिए क्रिस्टल रेकी ग्रिड में पन्ना को फोकस स्टोन बनाएं।

उपचार गुण
शारीरिक: अस्थमा, जीवाणु और वायरल संक्रमण, दृष्टि, प्रजनन क्षमता, विकास, प्रतिरक्षा प्रणाली, सूजन, पीलिया, घाव, स्फूर्ति, एनजाइना, पित्त विकार, कीड़े के काटने और उच्च रक्तचाप में सहायक। हड्डियों, हृदय, गुर्दे, यकृत, दांत और पित्त नलिकाओं के स्वास्थ्य के लिए अच्छा। इसमें एंटीसेप्टिक गुण हैं। भावनात्मक/आध्यात्मिक: हर स्तर पर प्रेम को बढ़ावा देता है। भावनात्मक संतुलन लाता है। आध्यात्मिक विकास, ईमानदारी, स्मृति, धैर्य, चिड़चिड़ापन और क्रोध के लिए अच्छा।

क्राइसोप्रेज़
कैल्सेडोनी की हरी या नींबू-पीली किस्म।

सामान्य स्रोत: ऑस्ट्रेलिया
रेकी प्रतीक: सेई हे की
चक्र: हृदय
रेकी टिप: एक बेहतरीन क्रिस्टल जो आपको या आपके क्लाइंट के तनाव को समझने में मदद कर सकता है।

उपचार गुण
शारीरिक: तिल्ली के स्वास्थ्य, स्कर्वी, निपुणता और प्रजनन क्षमता के लिए लाभकारी। भावनात्मक/आध्यात्मिक: मन में व्याप्त भ्रम को दूर करने में सहायक, इसलिए उलझन, चिंता, अवसाद, भय, द्विध्रुवी विकार, सिज़ोफ्रेनिया, न्यूरोटिक पैटर्न और तनाव के लिए लाभकारी। तनाव के मूल कारण को खोजने और स्वीकार करने में मदद करता है। हीनता या श्रेष्ठता की भावना, अहंकार, आलोचनात्मक दृष्टिकोण, हृदय विक्षिप्तता और यौन ध्रुवीकरण में भी सहायक। यह एक ऐसा रत्न है जो संतुलन, सामान्य मानसिक स्वास्थ्य और उपचार, ध्यान, दूसरों को स्वीकार करने और स्वयं को स्वीकार करने में सहायक है।

पेरिडॉट
छोटे हरे प्रिज्मीय क्रिस्टल और पिंड।

सामान्य वैकल्पिक नाम: क्राइसोलाइट, ओलिविन
सामान्य स्रोत: अफगानिस्तान, ब्राजील, कैनरी द्वीप समूह, पाकिस्तान, रूस, श्रीलंका, अमेरिका
रेकी प्रतीक: सेई हे की
चक्र: हृदय
रेकी सलाह: पेरिडॉट पाचन क्रिया या जीवन पथ में किसी भी तरह की समस्या को फिर से पटरी पर लाने में मदद करता है।

उपचार गुण
शारीरिक लाभ: कैंसर के इलाज में सहायक; पेरिडॉट अम्लता को संतुलित करता है और इसलिए यह किसी भी ट्यूमर के इलाज में मददगार हो सकता है क्योंकि ट्यूमर के आसपास की स्वस्थ कोशिकाएं अम्लीय हो जाती हैं। हृदय, फेफड़े, प्लीहा, यकृत, अग्न्याशय, बृहदान्त्र, पित्ताशय और आंतों के स्वास्थ्य के लिए अच्छा है। पाचन के लिए अच्छा है और एसिड रिफ्लक्स, विषाक्त पदार्थों को शरीर से बाहर निकालने, कब्ज, गैस्ट्रोएंटेराइटिस, आईबीएस और क्रोहन रोग में मदद करता है। सनबर्न, अल्सर, वजन बढ़ाने, दृष्टिवैषम्य और निकट दृष्टि दोष में भी सहायक है। एक सामान्य शारीरिक टॉनिक के रूप में कार्य करता है। प्रसव के दौरान संकुचन को उत्तेजित करता है।

भावनात्मक/आध्यात्मिक: व्यसन, शराब की लत, अवसाद, भावनात्मक अवरोध, सुस्ती, आलस्य, मानसिक स्वास्थ्य और उपचार, तनाव, व्यवहार के पैटर्न और चक्रों को पहचानने, अहंकार, क्रोध और ईर्ष्या में सहायक। मन को शांति प्रदान करने वाला पत्थर। बाहरी प्रभावों से सुरक्षा और ध्यान के माध्यम से ज्ञानोदय प्रदान करता है।

□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□ □□□□ □□ □□□□□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□ □□□□□□□□ □□□□□□□□□□

□□□□□□□□ □□□□□□: □□□□□□□□, □□□□□□□□□□

□□□□□ □□□□□□□: □□□□ □□ □□

□□□□□: □□□□□, □□□□

□□□□□ □□□□: □□□□□□□ □□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□ □□ □□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□ □□ □□□□□□□ □□ (□□□□□□

अध्याय 3)।

उपचार गुण
शारीरिक लाभ: मस्तिष्क, आंखों, हृदय, थाइमस ग्रंथि और प्रतिरक्षा प्रणाली के स्वास्थ्य के लिए अच्छा है। कब्ज में राहत देता है और वजन घटाने में सहायक है।
भावनात्मक/आध्यात्मिक: चिंता दूर करता है—चिंता ऊर्जा की बर्बादी है, इसलिए कई लोग पाते हैं कि यह क्रिस्टल उनके जीवन में एक बड़ा बदलाव ला सकता है! विचारों, भावनाओं और संवेदनाओं से जुड़ने, कल्पनाशीलता और करुणा को बढ़ावा देता है। पौधों से जुड़ने और संवाद स्थापित करने में सहायक है। नकारात्मकता और दुर्व्यवहार से निपटने में मदद करता है। मन की शांति, समृद्धि, रचनात्मकता और सफलता प्रदान करता है।

Moldavite
हरे रंग का टेक्टाइट, पुनर्गठित प्राकृतिक कांच सामग्री से बना है, जो मूल रूप से तब बना था जब एक उल्कापिंड पृथ्वी के ठीक ऊपर फट गया था, जिससे वह स्वयं और पृथ्वी की सतह पिघल गई, जिससे वे आंशिक रूप से पृथ्वी और आंशिक रूप से परग्रही चट्टान बन गए।

[redacted]
[redacted]
[redacted]
[redacted]
[redacted]
[redacted]

[redacted]
[redacted]
[redacted]

गुलाबी

रोज़ क्वार्ट्ज़
गुलाबी क्रिस्टलीय पिंड और, कभी-कभी, छोटे षट्कोणीय क्रिस्टल।

सामान्य स्रोत: ब्राजील, भारत, मेडागास्कर, दक्षिण अफ्रीका गणराज्य
रेकी प्रतीक: सेई हे की
चक्र: हृदय
रेकी सलाह: इस क्रिस्टल की कोमल और सौम्य छवि से भ्रमित न हों—यह किसी भी भावनात्मक उथल-पुथल की गहराई तक जा सकता है।

उपचार गुण
शारीरिक लाभ: प्रजनन क्षमता और मासिक धर्म चक्र के लिए अच्छा है, साथ ही त्वचा के लिए भी, जिसमें रंगत, युवा दिखने की क्षमता और झुर्रियां कम होना शामिल है। यह अस्थमा, रक्त संचार, सामान्य दर्द, नस-नस की समस्या, विषाक्त पदार्थों को शरीर से बाहर निकालने, चक्कर आना, खांसी, फ्लू, जलन और धूप से होने वाली जलन में सहायक है, और हृदय, रक्त, गुर्दे, प्लीहा और अधिवृक्क ग्रंथियों के स्वास्थ्य के लिए भी फायदेमंद है।
भावनात्मक/आध्यात्मिक: मन को शांत करता है, मानो किसी स्पा में आराम कर रहे हों। सभी स्तरों पर प्रेम को बढ़ावा देता है। रिश्तों, रोमांस, नारी ऊर्जा और गुणों को जगाने, यौन इच्छा और यौन कुंठा को संतुलित करने में सहायक है। संकट, क्रोध, तनाव, भय, क्षमा, अपराधबोध, शोक, अपर्याप्तता की भावना, ईर्ष्या, आक्रोश, बेचैनी, भावनात्मक घाव (घायल होने का एहसास) और भय जैसी स्थितियों में भी फायदेमंद है। बचपन के अनुभवों, भावनाओं, रचनात्मकता, कला, संगीत, लेखन और कल्पना से जुड़ने में मदद करता है।

Morganite
बेरिल की एक गुलाबी किस्म जो षट्कोणीय प्रिज्मीय क्रिस्टल बनाती है, आमतौर पर सपाट सिरों के साथ।

सामान्य स्रोत: ब्राजील, पाकिस्तान

रेकी प्रतीक: सेई हे की
चक्र: हृदय
रेकी टिप: रेकी मास्टर अपने छात्रों के साथ हृदय संबंध को मजबूत करने के लिए इसे अट्यूनमेंट स्पेस में शामिल कर सकते हैं।

उपचार गुण
शारीरिक: यह रक्त में ऑक्सीजन की मात्रा बढ़ाने में मदद करता है, इसलिए यह सभी प्रकार के शारीरिक उपचार में सहायक हो सकता है, लेकिन विशेष रूप से छाती और फेफड़ों को प्रभावित करने वाली स्थितियों, जैसे अस्थमा और एम्फीसेमा में।
भावनात्मक/आध्यात्मिक: यह टूटे रिश्ते या किसी प्रियजन की मृत्यु जैसे नुकसान से हृदय में उत्पन्न खालीपन को भरता है। प्रेम को बढ़ावा देता है और संकीर्ण सोच को खोलता है, जिससे नस्लवाद, लिंगभेद और अन्य पूर्वाग्रह कम होते हैं। आध्यात्मिक मार्गदर्शकों से संपर्क, मन की शांति, ध्यान, ज्ञान, धार्मिक अनुष्ठानों और समय प्रबंधन के लिए अच्छा है। यह आपको चीजों को एक अलग दृष्टिकोण से देखने और स्पष्ट विचार प्राप्त करने में सक्षम बनाता है।

यूडायलिट
गुलाबी गार्नेट की एक किस्म जो अक्सर अन्य खनिजों के साथ मिश्रित होती है।

सामान्य स्रोत: रूस
रेकी प्रतीक: सेई हे की
चक्र: हृदय
रेकी सलाह: मॉर्गेनाइट के साथ संयोजन में अच्छा काम करता है।

उपचार गुण

शारीरिक: आंखों की बीमारियों (विशेषकर तनाव से संबंधित), हृदय और रक्त संचार के लिए लाभकारी। भावनात्मक/आध्यात्मिक: हृदय को खोलता है—पहले अतीत की दबी हुई भावनाओं को मुक्त करने में, फिर प्रेम को निर्बाध रूप से प्रवाहित होने देने में। आपको अतीत, बचपन और पिछले जन्मों से जुड़ने में मदद करता है। आत्म-प्रेम, क्षमा और आंतरिक आध्यात्मिक संवेदना के लिए लाभकारी। परिवर्तन के साथ आने वाली बेचैनी को कम कर सकता है।

कुंजाइट
स्पोड्यूमीन की एक गुलाबी किस्म जो चपटे, ऊर्ध्वाधर धारीदार प्रिज्मीय क्रिस्टल बनाती है। क्रिस्टल दो या तीन रंगों के हो सकते हैं।

सामान्य स्रोत: अफगानिस्तान
रेकी प्रतीक: सेई हे की
चक्र: हृदय
रेकी टिप: तनाव से संबंधित सभी समस्याओं में मदद करती है।

उपचार गुण
शारीरिक रूप से: हृदय, रक्तचाप, फेफड़े, मासिक धर्म के दर्द, हार्मोन स्राव, त्वचा और युवा दिखने के लिए अच्छा है।
भावनात्मक/आध्यात्मिक: यह रत्न शारीरिक या व्यवहारिक व्यसनों, जैसे कि बाध्यकारी व्यवहार, ओसीडी और धूम्रपान छोड़ने में सहायक होता है। यह मन को शांत और केंद्रित करता है और इच्छाओं को संतुलित करने, भावनाओं पर नियंत्रण पाने, अवसाद, पीएमएस, स्त्री यौनता, आत्मसम्मान, प्रेम की अभिव्यक्ति, ध्यान और अपरिपक्वता में मदद करता है। यह आपके मार्ग से बाधाओं को दूर करता है, जिससे आपकी ऊर्जा लोगों और परियोजनाओं की ओर प्रवाहित होती है, साथ ही वातावरण में मौजूद नकारात्मकता और शारीरिक रोगों का कारण बनने वाले ऊर्जा अवरोधों को भी दूर करता है। यह ऊर्जा संरक्षण प्रदान करता है और मन को प्रसन्न करने वाला रत्न है।

रुबेलाइट
ऊर्ध्वाधर रूप से धारीदार प्रिज्मीय गुलाबी से लाल रंग के टूमलाइन क्रिस्टल।

सामान्य वैकल्पिक नाम: गुलाबी टूमलाइन। सामान्य स्रोत: ब्राजील।
रेकी प्रतीक: सेई हे की
चक्र: आधार चक्र, हृदय चक्र
रेकी टिप: किसी क्लाइंट की स्थिति के बारे में अपनी समझ बताते समय करुणा का भाव रखें।

उपचार गुण
शारीरिक रूप से: यह जीवन शक्ति, प्रजनन क्षमता, पाचन और प्रजनन प्रणाली, हृदय, फेफड़े, अग्न्याशय और रक्त वाहिकाओं के लिए अच्छा है।
भावनात्मक/आध्यात्मिक: रचनात्मकता और जीवन रक्षा कौशल को बढ़ावा देता है। व्यवहारकुशलता के लिए अच्छा है और किसी भी परिस्थिति में कूटनीतिक दृष्टिकोण अपनाने में सहायक होता है (इसलिए राजनेताओं के लिए फायदेमंद है)। सुरक्षा प्रदान करता है।

कोबाल्टोअन कैल्साइट
यह ड्रूसी क्रस्ट और गोलाकार पिंडों के रूप में पाया जाता है। कभी-कभी यह मैलाकाइट के साथ या उसके पास भी पाया जाता है।

सामान्य वैकल्पिक नाम: कोबाल्टोकैल्साइट
सामान्य स्रोत: कांगो लोकतांत्रिक गणराज्य, मोरक्को
रेकी प्रतीक: सेई हे की
चक्र: हृदय, गला, भौं, सिर
रेकी टिप: अगर आप अभिभूत, अत्यधिक काम के बोझ से दबे हुए या उपेक्षित महसूस कर रहे हैं तो इसे पकड़ें।

उपचार गुण
शारीरिक रूप से: आंखों की रोशनी और हृदय के लिए अच्छा है।
भावनात्मक/आध्यात्मिक: यह आपको हर व्यक्ति, हर चीज़ और हर परिस्थिति में सुंदरता देखने और अपने जीवन पथ पर मिलने वाले हर सबक को पहचानने और सीखने में मदद करता है। यह खुशी लाता है और आपको अपने भीतर की सच्चाई खोजने और अपने जीवन का उद्देश्य जानने में सहायता करता है। यह भावनात्मक अभिव्यक्ति में मदद करता है और आपकी इच्छाओं को साकार करने में सहायक होता है। यह आंतरिक पीड़ा और भावनात्मक दर्द को बाहर निकालता है। यह अवसाद और निराशा से राहत दिलाने में मदद करता है।

rhodochrosite

[redacted]

[redacted]: [redacted]
[redacted]: [redacted]
[redacted]: [redacted]
[redacted]: [redacted]

[redacted]
[redacted]: [redacted]
[redacted]/[redacted]: [redacted]

इंद्रधनुष

रेनबो फ्लोराइट
घनाकार, अष्टफलकीय और समचतुर्भुजाकार-दशफलकीय क्रिस्टल और द्रव्यमान। रंगों में हरे, बैंगनी, नीले और पारदर्शी/रंगहीन धारियाँ एक ही नमूने में शामिल हो सकती हैं।

सामान्य स्रोत: चीन
रेकी प्रतीक: चो कू री
चक्र: भौं
रेकी टिप: किसी भी परिस्थिति में मन को एकाग्र रखें।

उपचार गुण
शारीरिक लाभ: हड्डियों, पीठ दर्द और कमर दर्द के लिए अच्छा है, और रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाता है। बीमारियों से बचाता है और आपको स्वस्थ रखने में मदद करता है—विशेष रूप से संक्रामक रोगों से पीड़ित लोगों की देखभाल करने वाले कर्मचारियों की रक्षा करता है। भावनात्मक/आध्यात्मिक लाभ: खाने संबंधी विकारों (जैसे एनोरेक्सिया और बुलिमिया), अत्यधिक उत्तेजना, तनाव, निर्णय लेने की क्षमता, एकाग्रता और रिश्तों में सुधार करता है। अव्यवस्था को व्यवस्थित करता है। समूह साधना और ध्यान के लिए उपयोगी है।

टाइटेनियम क्वार्ट्ज
क्वार्ट्ज का एक क्रिस्टल जो टाइटेनियम और नायोबियम से जुड़ा होता है।

सामान्य वैकल्पिक नाम: फ्लेम ऑरा क्वार्ट्ज, रेनबो क्वार्ट्ज, रेनबो ऑरा क्वार्ट्ज, ऑरा क्वार्ट्ज, रॉयल ऑरा
सामान्य स्रोत: अमेरिका (अरकंसास या ब्राज़ीलियाई क्वार्ट्ज़ से), लेखन के समय चीन में अपेक्षाकृत नया उत्पादन हो रहा है, लेकिन अभी तक गुणवत्ता काफी कम है।
रेकी प्रतीक: दाई को मायो
चक्र: सभी, लेकिन विशेष रूप से क्राउन चक्र।
रेकी सलाह: ऊर्जा के प्रवाह को रंग प्रदान करती है। ऊर्जा का स्थिर रहना अस्वस्थ होता है (चाहे वह हमेशा ऊर्जावान महसूस करना हो या बहुत कम ऊर्जा होना) - ऊर्जा का प्रवाह ऊपर-नीचे होना चाहिए।

उपचार गुण
शारीरिक: बुखार, शरीर में तरल पदार्थों की कमी (जैसे निर्जलीकरण और जल प्रतिधारण), अस्थि कैंसर और मल्टीपल स्केलेरोसिस को नियंत्रित करने में सहायक। बीमारियों से बचाव (अर्थात स्वस्थ रहने पर आपको स्वस्थ बनाए रखता है)। भावनात्मक/आध्यात्मिक: दूसरों के दृष्टिकोण को समझने और जीवन में अपना सही मार्ग खोजने में मदद करता है। ध्यान, परिवर्तन और करियर संबंधी निर्णय लेने में सहायक। ऊर्जा प्रवाह को उत्तेजित करता है। आभा देखने में मदद करता है। जब आप अस्थिर महसूस कर रहे हों तो भावनाओं को संतुलित करता है। मन को शांति प्रदान करने वाला पत्थर।

एंजल ऑरा क्वार्ट्ज
क्वार्ट्ज क्रिस्टल जिसे प्लैटिनम और चांदी के साथ जोड़ा गया है।

सामान्य वैकल्पिक नाम: ओपल ऑरा
सामान्य स्रोत: अमेरिका (अरकंसास या ब्राज़ीलियाई क्वार्ट्ज़ से), लेखन के समय चीन में अपेक्षाकृत नया उत्पादन हो रहा है, लेकिन अभी तक गुणवत्ता काफी कम है।
रेकी प्रतीक: दाई को मायो
चक्र: सभी
रेकी टिप: यह आपको उपचार में सहायता के लिए अपने रेकी मार्गदर्शकों, देवदूतों और संरक्षकों को बुलाने में मदद करता है।

उपचार गुण
शारीरिक: छोटी-मोटी बीमारियों से बचाता है (यानी स्वस्थ रहने पर आपको तंदुरुस्त रखता है)। भावनात्मक/आध्यात्मिक: आभा, कर्म (कर्मिक उपचार के लिए लाभकारी), प्रेम, शांति और सद्भाव से जुड़ा है। सुरक्षा, आकाशिक अभिलेखों तक पहुंच, देवदूतों के लोकों से संपर्क, पालन-पोषण और सहानुभूति में सहायक है। देखभाल से जुड़े व्यवसायों में लगे लोगों के लिए लाभकारी है।

तरबूज टूमलाइन
ऊर्ध्वाधर धारियों वाला प्रिज्मीय हरा या नीला टूमलाइन, जिसके केंद्र में गुलाबी या लाल रंग की धारियाँ होती हैं और जो क्रिस्टल के कुछ या पूरे हिस्से से होकर गुजरती हैं। इसे अक्सर स्लाइस के रूप में प्रस्तुत किया जाता है, जिससे यह तरबूज जैसा दिखता है।

सामान्य स्रोत: ब्राजील, पाकिस्तान
रेकी प्रतीक: सेई हे की
चक्र: हृदय
रेकी टिप: यह आपको किसी भी परिस्थिति का हास्यपूर्ण पहलू देखने में मदद करती है।

उपचार गुण
शारीरिक: हृदय, फेफड़े, प्रतिक्रियाशीलता और भोजन के पाचन के लिए अच्छा है। भावनात्मक/आध्यात्मिक: आपको अपने उच्चतर स्व से जुड़ने में मदद करता है। आनंद, हास्य, प्रेम और भावनाओं को प्रोत्साहित

करता है। विवेक, घबराहट, दुर्घटना के प्रति संवेदनशील लोगों, संचार और यात्रा के लिए अच्छा है।
शांति और सामंजस्य लाता है। आपको हृदय की गहराई से बेहतर महसूस करने में मदद करता है।

labradorite

प्लाजियोक्लेज़ फेल्डस्पार जिसमें एल्बाइट भी मिला हुआ है, जो गुच्छों के रूप में पाया जाता है।
इसका रंग धूसर-हरा होता है, जिसमें खनिज संरचना के भीतर प्रकाश के हस्तक्षेप के कारण नीले, लाल, सुनहरे, बैंगनी और हरे रंग की चमकदार झलकियाँ दिखाई देती हैं।

इसके सामान्य वैकल्पिक नाम: काला मूनस्टोन, लैब्राडोर मूनस्टोन, लैब्राडोर फेल्डस्पार, स्पेक्ट्रोलाइट
सामान्य स्रोत: कनाडा, मेडागास्कर, नॉर्वे
रेकी प्रतीक: राकु
चक्र: मुकुट
रेकी टिप: यदि आपके क्लाइंट की ऊर्जा अवरुद्ध महसूस हो रही है, तो रेकी का उपयोग करना अच्छा है, क्योंकि यह आभा और चक्रों के बीच ऊर्जा के प्रवाह को बढ़ाता है।

उपचार गुण
शारीरिक लाभ: पाचन और आंखों के लिए अच्छा है। मस्सों में राहत देता है (पत्थर को मस्से पर रखें, या धीरे से रगड़ें या थपथपाएं)।
भावनात्मक/आध्यात्मिक: आभा को स्थिर करता है। दाएँ और बाएँ मस्तिष्क की गतिविधियों (जादू और विज्ञान, अंतर्ज्ञान और बुद्धि) में संतुलन लाता है। मानसिक तीक्ष्णता, प्रेरणा और मौलिकता प्रदान करता है। एक साथ कई संभावनाओं को देखने में सक्षम बनाता है। असुरक्षा, चिंता और तनाव से राहत दिलाता है। आपके आस-पास जादू होने देता है—अवसर स्वयं आपके पास आते हैं।

ओपीएएल

यह कई रंगों में पिंडों के रूप में पाया जाता है, जिनमें सफेद (सामान्य ओपल), गुलाबी, काला, बेज, नीला, पीला, भूरा, नारंगी, लाल, हरा और बैंगनी शामिल हैं। यह विभिन्न रंगों में इंद्रधनुषी चमक (जिसे कभी-कभी अग्नि चमक भी कहा जाता है) प्रदर्शित करता है, जो क्रिस्टलीय संरचना के भीतर प्रकाश के विवर्तन के कारण होती है। सामान्य ओपल की संरचना में विवर्तन ग्रेटिंग नहीं होती है, इसलिए यह प्रभाव प्रदर्शित नहीं करता है।

सामान्य स्रोत: ऑस्ट्रेलिया, इथियोपिया, मेक्सिको, पेरू, तंजानिया, संयुक्त राज्य अमेरिका
रेकी प्रतीक: दाई को मायो
चक्र: हृदय, गला, सिर
रेकी का एक सुझाव: यह आपकी मानसिक क्षमताओं को विकसित करने में मदद करता है।

उपचार गुण
शारीरिक लाभ: विषाक्त पदार्थों को शरीर से बाहर निकालने, संक्रमण, बुखार, रक्त संचार, पार्किंसंस रोग, प्रसव और मधुमेह में सहायक। गुर्दे, आंखों और दृष्टि के लिए अच्छा।
भावनात्मक/आध्यात्मिक: अच्छे गुणों को बढ़ावा देता है और बुरे गुणों को सामने आने देता है ताकि आप उनसे निपट सकें। रचनात्मकता, प्रेरणा, कल्पना और आध्यात्मिक दृष्टियों को प्रोत्साहित करता है। संकोच को कम करता है। स्मृति को बढ़ाता है।

सुलेमानी पत्थर
चैल्सेडोनी की एक किस्म जो गुच्छों के रूप में पाई जाती है और आमतौर पर कई रंगों में धारीदार या पैटर्न वाली होती है (ग्रीन मॉस एगेट, ब्लू लेस एगेट, ग्रे बैंडेड एगेट और क्रेजी लेस एगेट भी देखें)।

सामान्य स्रोत: विश्वव्यापी
रेकी प्रतीक: चो कू री
चक्र: अगेट की विशिष्ट किस्में देखें
रेकी टिप: यह आपकी आभा को मजबूत करती है और हानिकारक ऊर्जाओं के खिलाफ ढाल का काम करती है।

[redacted]

[redacted]: [redacted], [redacted], [redacted], [redacted], [redacted], [redacted], [redacted], [redacted], [redacted], [redacted]
[redacted]: [redacted], [redacted], [redacted], [redacted], [redacted], [redacted], [redacted], [redacted], [redacted],

सारंग

कैल्सेडनी
क्वार्ट्ज का एक रूप जो खनिज कणों से युक्त पिंडों के रूप में पाया जाता है, जिससे सफेद, गुलाबी, नीला और लाल सहित विभिन्न रंग उत्पन्न होते हैं, लेकिन सैद्धांतिक रूप से यह किसी भी रंग का हो सकता है। इस पुस्तक में चाल्सेडोनी की कई विशिष्ट किस्मों पर चर्चा की गई है—जैसे कि अगेट, कार्नेलियन, क्राइसोप्रेज़, जैस्पर, ओनिक्स और पेट्रीफाइड वुड।

सामान्य स्रोत: विश्वव्यापी
रेकी प्रतीक: सेई हे की
चक्र: विशिष्ट कैल्सेडोनी किस्मों को देखें
रेकी टिप: यह क्रिस्टल आपके और आपके ग्राहकों दोनों के लिए बहुत ही पोषणदायक है।

उपचार गुण
शारीरिक लाभ: अस्थि मज्जा के उत्पादन में सहायक होता है, इसलिए रक्त, ऑक्सीजन आदि के लिए अच्छा है। वजन घटाने में भी सहायक है।
भावनात्मक/आध्यात्मिक: बचपन की समस्याओं, अभिव्यक्ति, दुर्व्यवहार, नशीली दवाओं की लत और व्यसनी व्यवहार, जुनून, ओसीडी, मोटापा, तनाव, मर्दाना और स्त्री गुणों में संतुलन, चिड़चिड़ापन, वृद्धावस्था और मनोभ्रंश में सहायक। बाध्यकारी आदतों को कम करने में मदद करता है। धार्मिक अनुष्ठानों, टेलीपैथी और मानसिक स्थिरता के लिए अच्छा है।

[redacted]

[redacted]

[redacted]: [redacted]
[redacted]: [redacted]
[redacted]: [redacted]
[redacted]: [redacted]

[redacted]

[redacted]: [redacted]
[redacted]: [redacted]
[redacted]: [redacted]
[redacted]: [redacted]

[redacted]

[redacted]: [redacted]
[redacted]: [redacted]
[redacted]: [redacted]
[redacted]: [redacted]

[redacted]

[redacted]: [redacted]
[redacted]: [redacted]
[redacted]: [redacted]
[redacted]: [redacted]

यिन/यांग संतुलन, जागरूकता, सभी मानसिक क्षमताओं, उपचार क्षमता, जुड़ाव, मस्तिष्क के बाएँ/दाएँ संतुलन, समूह में काम करने, अपने अंतर्मन से जुड़ने, खुशी और हँसी चिकित्सा के लिए अच्छा है। टूमलाइन वैंड क्रिस्टल (लंबे, पतले क्रिस्टल) ऊर्जा को उन क्षेत्रों में केंद्रित करते हैं जहाँ इसकी सबसे अधिक आवश्यकता होती है और पुष्टि और आभा उपचार के लिए उत्कृष्ट हैं।

फ्लोराइट
घनाकार, अष्टफलकीय और समचतुर्भुजाकार-समफलकीय क्रिस्टल और पिंड। रंगों में बैंगनी, पारदर्शी, नीला, हरा, पीला, भूरा, गुलाबी, लाल, काला और इंद्रधनुषी फ्लोराइट शामिल हैं (जिसमें एक ही नमूने में हरे, बैंगनी, नीले और पारदर्शी/रंगहीन धारियाँ हो सकती हैं)।

सामान्य वैकल्पिक नाम: फ्लोरो स्पार
सामान्य स्रोत: चीन, मेक्सिको, दक्षिण अफ्रीका गणराज्य, ब्रिटेन, अमेरिका, विश्व भर
रेकी प्रतीक: चो कू री
चक्र: भौं
रेकी टिप: यदि आप लंबे समय तक कंप्यूटर पर काम कर रहे हैं, तो स्क्रीन को लगातार देखने से होने वाली थकान को कम करने के लिए अपने पास कुछ फ्लोराइट रखें।

उपचार गुण

शारीरिक रूप से: यह वजन बढ़ाने, रक्त वाहिकाओं को मजबूत करने, पीठ दर्द और कमर दर्द को कम करने, शरीर से विषाक्त पदार्थों को निकालने, सर्दी-जुकाम, फ्लू, गंभीर संक्रमण, हर्पीस, अल्सर और कैंसर के शुरुआती चरणों के साथ-साथ हड्डियों, प्लीहा और दांतों के स्वास्थ्य के लिए अच्छा है। भावनात्मक/आध्यात्मिक: यह खाने संबंधी विकारों (जैसे एनोरेक्सिया और बुलिमिया), अत्यधिक उत्तेजना और तनाव में सहायक है, क्योंकि यह मन को एकाग्र करता है, जिससे तनावपूर्ण स्थितियों में प्रभावी ढंग से कार्य करना संभव होता है और अव्यवस्था को व्यवस्था में परिवर्तित करता है। निर्णय लेने, एकाग्रता, रिश्तों, समूह में काम करने और ध्यान के लिए भी यह लाभकारी है।

केल्साइट
यह पिंडों, स्टैलेक्टाइट्स, स्केलेनोहेड्रल और रोम्बोहेड्रल क्रिस्टलों के रूप में पाया जाता है। इसके सामान्य रंगों में हरा, नीला, पीला, सुनहरा, नारंगी, पारदर्शी (आइसलैंड स्पा), सफेद, भूरा, गुलाबी, लाल, काला और धूसर शामिल हैं।

सामान्य स्रोत: विश्वव्यापी
रेकी प्रतीक: सेई हे की
चक्र: विशिष्ट कैल्साइट किस्मों को देखें
रेकी सलाह: कैल्शियम कार्बोनेट आपको भय से उबरने और एक उज्जवल स्थिति में पहुंचने में मदद करता है।

उपचार गुण

शारीरिक: गुर्दे, अग्न्याशय, प्लीहा और हड्डियों के स्वास्थ्य के लिए अच्छा है, विशेषकर कैल्शियम की कमी के लिए। भावनात्मक/आध्यात्मिक: एक शांत करने वाला और बेहतर महसूस कराने वाला पत्थर। कैल्साइट की प्रत्येक किस्म अलग-अलग तरीकों से शांत करती है (उदाहरण के लिए, हरा कैल्साइट भावनाओं और तंत्रिकाओं को शांत करता है, जबकि नीला कैल्साइट मन को शांत करता है)। अति उत्साह, भय और तनाव में सहायक। भावनाओं और यिन/यांग ऊर्जा को संतुलित करता है। सूक्ष्म यात्रा, संचार, अध्यापन और अध्ययन (विशेषकर कला और विज्ञान) और व्यापक दृष्टिकोण प्राप्त करने के लिए अच्छा है।

नीला

लापीस लाजुली
यह विशाल चट्टान के रूप में पाया जाता है, जिसमें लगभग हमेशा लैजुराइट, कैल्साइट और पाइराइट, तथा घनाकार और द्वादशफलकीय क्रिस्टल शामिल होते हैं।

सामान्य स्रोत: अफगानिस्तान, चिली
रेकी प्रतीक: चो कू री
चक्र: भौं
रेकी टिप: अंतर्ज्ञान और सहज उपचार कौशल को बढ़ावा देती है।

उपचार गुण
शारीरिक: हड्डियों, अस्थि मज्जा, पीठ दर्द, गले, थाइमस ग्रंथि, थाइरॉइड ग्रंथि, स्फूर्ति और प्रतिरक्षा प्रणाली के लिए अच्छा है। विषाक्त पदार्थों को शरीर से बाहर निकालने, चक्कर आने, सिर घूमने, सुनने की क्षमता में कमी और यूस्टेशियन ट्यूब के स्वास्थ्य में सहायक है। भावनात्मक/आध्यात्मिक: यह एक ऐसा पत्थर है जो मन को प्रसन्न करता है और जीवन में कृतज्ञता और खुशी लाता है। यह रचनात्मक अभिव्यक्ति, विश्राम, ज्ञान, सभी मानसिक क्षमताओं, प्राकृतिक प्रतिभाओं और कौशलों और सपनों को प्रोत्साहित करता है। अवसाद, अनिद्रा, मानसिक सहनशक्ति, अव्यवस्था, यिन/यांग संतुलन और रिश्तों में सुधार में सहायक है।

एक्वा ऑरा
एक क्वार्ट्ज क्रिस्टल जिसे सोने के साथ जोड़ा जाता है, जिससे सुंदर, ज्यादातर साफ नीले क्रिस्टल और गुच्छे बनते हैं।

सामान्य स्रोत: अमेरिका (अरकंसास या ब्राज़ीलियाई क्वार्ट्ज़ से), लेखन के समय चीन में अपेक्षाकृत नया उत्पादन हो रहा है, लेकिन अभी तक गुणवत्ता काफी कम है।
रेकी प्रतीक: सेई हे की
चक्र: भौं, गला
रेकी टिप: किसी भी प्रकार के आघात के लिए इस क्रिस्टल का उपयोग करें; जरूरत पड़ने पर यह लगभग तुरंत प्रतिक्रिया देता है।

उपचार गुण
शारीरिक लाभ: कान, नाक और गले के लिए अच्छा है। इंद्रियों को बेहतर बनाता है— महसूस करने, सुनने, देखने, सूंघने और स्वाद लेने की क्षमता।

भावनात्मक/आध्यात्मिक: यह एक ऐसा पत्थर है जो मन को शांति देता है और सदमे, आघात, नकारात्मकता, अवसाद, उदासी, हानि और शोक से उबरने में मदद करता है। यह आभा को ठीक करता है और मजबूत बनाता है।
संचार, सुरक्षा और सभी मानसिक क्षमताओं के लिए अच्छा है।

ब्लू लेस एगेट
एगेट की एक किस्म, जिसमें हल्के नीले और सफेद रंग की धारियाँ होती हैं।

सामान्य स्रोत: दक्षिण अफ्रीका गणराज्य
रेकी प्रतीक: सेई हे की
चक्र: गला
रेकी टिप: अट्यूनमेंट के लिए नीले लेस एगेट के साथ काम करें (पृष्ठ 14 देखें)।

उपचार गुण
शारीरिक लाभ: आंखों की रोशनी, बोलने की क्षमता (विशेषकर हकलाहट), अग्नाशय और नाखूनों के लिए अच्छा है। गठिया, शरीर में पानी जमा होना, नसों का दबना, त्वचा पर होने वाली गांठें और टूटी हड्डियों व फ्रैक्चर में भी सहायक है। थकी हुई आंखों को आराम देता है (जैसे किसी औषधि से)। भावनात्मक/आध्यात्मिक: अत्यंत सौम्य और शांत करने वाला, अधिकांश परिस्थितियों में शांति, संतुलन और भावनात्मक स्थिरता प्रदान करता है। यह आपके आध्यात्मिक स्तर को बढ़ाता है और सभी स्तरों पर, विशेष रूप से आध्यात्मिक विचारों के संचार को बेहतर बनाता है।

अक्वामरीन
बेरिल की एक नीली/हरी किस्म जो षट्कोणीय प्रिज्मीय क्रिस्टल बनाती है, आमतौर पर सपाट सिरों के साथ।

सामान्य स्रोत: अफगानिस्तान, ब्राजील, नामीबिया, पाकिस्तान, अमेरिका
रेकी प्रतीक: चो कू री
चक्र: गला
रेकी टिप: यह आपके जीवन में चीजों को सुचारू रूप से चलाने में मदद करती है, जिससे घटनाएं स्वाभाविक रूप से घटित होती हैं।

उपचार गुण
शारीरिक लाभ: गुर्दे, लसीका तंत्र, रक्त, मस्तिष्क, आँखों और दांतों के लिए अच्छा है। शरीर में तरल पदार्थों से संबंधित सभी समस्याओं, जैसे जल प्रतिधारण, सूजन, विषाक्त पदार्थों को बाहर निकालने और सूजी हुई ग्रंथियों में आराम देता है। दृष्टि में सुधार करता है। गर्म जलवायु में ठंडक प्रदान करता है।
भावनात्मक/आध्यात्मिक: यात्रियों को सुरक्षा प्रदान करता है। मन को शांत करता है और संचार, साहस, बुद्धि, अध्ययन और सीखने के लिए अच्छा है। चक्रों में ऊर्जा अवरोधों को धीरे-धीरे दूर करता है। आध्यात्मिक जागरूकता और विकास को बढ़ाता है। एकाग्रता प्रदान करता है और ध्यान में सहायक है। आपको अपने बारे में सच्चाई को स्वीकार करने और अपने अंतर्मन और उच्चतर मन से जुड़ने में मदद करता है।
करुणा, अपने कार्यों के प्रति उत्तरदायित्व और सहनशीलता को प्रोत्साहित करता है, और आलोचनात्मक दृष्टिकोण से लड़ने में सहायक है।

नीला कैल्साइट
यह नीले/हल्के नीले रंग के पिंडों के रूप में पाया जाता है।

सामान्य स्रोत: मेक्सिको

रेकी प्रतीक: सेई हे की
चक्र: गला
रेकी संबंधी सलाह: बच्चों पर क्रिस्टल रेकी हीलिंग उपचार करने के लिए अच्छा है।

उपचार गुण

शारीरिक: गले और आवाज के लिए अच्छा है, इसलिए गले के संक्रमण और स्वरयंत्रशोथ में सहायक है। भावनात्मक/आध्यात्मिक: मानसिक और आध्यात्मिक रूप से शांति प्रदान करता है। एडीएचडी, अभिव्यक्ति और संचार के लिए अच्छा है।

एज्यूराइट
ये पिंडों, गांठों और, दुर्लभ मामलों में, चपटे और प्रिज्मीय क्रिस्टलों के रूप में, हल्के नीले या हल्के नीले रंग में पाए जाते हैं।

इसका सामान्य वैकल्पिक नाम: नीला मैलाकाइट
सामान्य स्रोत: चीन, मोरक्को, अमेरिका
रेकी प्रतीक: सेई हे की
चक्र: गला, भौं
रेकी टिप: यह आपके ग्राहकों के साथ सहानुभूतिपूर्ण संबंध को बढ़ावा देती है।

उपचार गुण
शारीरिक: रक्त की शक्ति बढ़ाता है। तंत्रिका तंत्र और गठिया के लिए लाभकारी है। भावनात्मक/आध्यात्मिक: इसे "स्वर्ग का पत्थर" कहा जाता है, यह रचनात्मकता और मानसिक क्षमताओं को बढ़ाता है। करुणा को प्रोत्साहित करता है। भावनाओं, विचारों और सूचनाओं को व्यक्त करने में मदद करता है।

ब्लू कैल्सेडोनी
कैल्सेडोनी की एक हल्के नीले रंग की किस्म।

सामान्य स्रोत: दक्षिण अफ्रीका गणराज्य
रेकी इलेक्ट्रॉन: माननीय शा ज़े शो नेन
चक्र: गला
रेकी टिप: बचपन की समस्याओं से निपटने के लिए बेहतरीन।

उपचार गुण

शारीरिक लाभ: गले, मुंह, मसूड़ों और दांतों के लिए अच्छा है। भावनात्मक/आध्यात्मिक लाभ: व्यसनों (जैसे शराब की लत) से निपटने और अस्वास्थ्यकर व्यवहारिक आदतों को बदलने में सहायक है। संचार और भावनात्मक अभिव्यक्ति को प्रोत्साहित करता है।

सेलेस्टाइट
सारणीबद्ध ऑर्थोरोम्बिक क्रिस्टल जो नीले रंग के विभिन्न शेड्स में गांठों और पिंडों के रूप में पाए जाते हैं, लेकिन सफेद, पीले, नारंगी, लाल और लाल-भूरे रंग में भी पाए जाते हैं।

सामान्य स्रोत: मेडागास्कर
रेकी प्रतीक: दाई को मायो
चक्र: भौं, सिर का ऊपरी भाग
रेकी टिप: यह आपको आपके रेकी मार्गदर्शकों से जोड़ता है।

उपचार गुण
शारीरिक: शारीरिक दर्द से राहत दिलाने में सहायक। आंखों और सुनने की समस्याओं के उपचार में उपयोगी। विषाक्त पदार्थों को शरीर से बाहर निकालने में मदद करता है। भावनात्मक/आध्यात्मिक: रचनात्मक अभिव्यक्ति और प्राकृतिक क्षमताओं को प्रोत्साहित करता है। सपनों को साकार करने में सहायक। विश्राम, तनाव और चिंताओं से निपटने, वाणी, स्पष्ट सोच, सपनों, सपनों को याद रखने, बुरे सपनों और रात्रि भय से निपटने, यिन/यांग संतुलन और सूक्ष्म यात्रा के लिए अच्छा है। जटिल विचारों से संबंधित मानसिक गतिविधियों में बहुत सहायक। यह क्रिस्टल स्वर्गदूतों से बहुत मजबूती से जुड़ा हुआ

□□□ □□□□□□, □□□□□□, □□□ □□ □□□□□□ □□ □□□□□□□ □□□□□ □□□ □□□□□□□ □□ □□□□□□□ □□□□□□□□ □□ □□□□□ □□□□□□□ □□□ □□□□□□□

डुमोर्टिएराइट

यह नीले रंग के पिंडों के रूप में पाया जाता है। अन्य रंगों में गुलाबी और भूरा शामिल हैं।

सामान्य स्रोत: ब्राजील, मेडागास्कर
रेकी प्रतीक: सेई हे की
चक्र: भौं
रेकी का एक सुझाव: यह आपको बीमारी के कारण को समझने में मदद करता है।

उपचार गुण
शारीरिक: यह टेंडन और स्नायुबंधन के लिए अच्छा है, इसलिए टेंडोनाइटिस और टेनिस एल्बो में राहत देता है। भावनात्मक/आध्यात्मिक: यह उत्तेजना को शांत करता है। हठ को कम करता है। यह शांत आत्मविश्वास (जिससे आप अपने मन की बात आसानी से कह पाते हैं), सहनशक्ति, धैर्य, अभिव्यक्ति, संचार और अंतर्दृष्टि को बढ़ावा देता है।

नीलम
कोरंडम की एक किस्म जो लाल रंग को छोड़कर (जो रूबी है) हर रंग में पाई जाती है—नीला, पीला (ओरिएंटल टोपाज़), हरा (ओरिएंटल एमराल्ड), काला, बैंगनी (ओरिएंटल एमेथिस्ट), गुलाबी और सफेद।

सामान्य स्रोत: भारत, मेडागास्कर, श्रीलंका, थाईलैंड
रेकी प्रतीक: दाई को मायो
चक्र: भौं
रेकी टिप: यह अट्यूनमेंट में मदद करता है।

उपचार गुण
शारीरिक लाभ: यह सभी ग्रंथियों के सही कामकाज में सहायक है और ग्रंथि ज्वर में लाभकारी है। संक्रमण, मतली, पीठ दर्द, फोड़े और रक्त के थक्के जमने में भी सहायक है। हृदय, हार्मोन और पेट के लिए भी अच्छा है। इसमें कसैले गुण होते हैं।
भावनात्मक/आध्यात्मिक: यह आपकी महत्वाकांक्षाओं, सपनों और लक्ष्यों को पूरा करने में मदद करता है।
यह भावनात्मक संतुलन, ज्ञान, आध्यात्मिक जुड़ाव और आपके मार्गदर्शक आत्माओं से संबंध स्थापित

करने में सहायक है। यह अंतर्ज्ञान को बढ़ाता है। यह इच्छाओं, बुढ़ापे, अवसाद, संकीर्ण मानसिकता और दुख को नियंत्रित करने में मदद करता है। यह आपके जीवन में आनंद, खुशी और उल्लास लाता है। यह आपको हर चीज में सुंदरता देखने में मदद करता है।

तंजानिया
ज़ोइसाइट की एक किस्म जो द्रव्यमान और आश्चर्यजनक नीले प्रिज्मेटिक धारीदार क्रिस्टल बनाती है। अन्य रंगों में पीला, धूसर/नीला और बैंगनी शामिल हैं।

सामान्य स्रोत: तंजानिया
रेकी प्रतीक: दाई को मायो
चक्र: गला, भौं, सिर का ऊपरी भाग
रेकी टिप: यह रेकी के प्रवाह को बढ़ाता है और रेकी को आपसे "बात" करने में मदद करता है।

उपचार गुण
शारीरिक: आँखों और त्वचा के लिए अच्छा है और स्वस्थ रंगत बनाए रखने में सहायक है। थकान दूर करने में मदद करता है। भावनात्मक/आध्यात्मिक: आध्यात्मिक मार्गदर्शकों से संवाद और जुड़ाव को प्रोत्साहित करता है। पत्थरों (क्रिस्टल) की भाषा समझने में मदद करता है। सभी मानसिक क्षमताओं, ध्यान, कल्पना, जादू और भावनात्मक एवं मानसिक थकावट से राहत दिलाने में लाभकारी है।

सोडालाइट
ये नीले या नीले और सफेद रंग के पिंडों, गांठों और कभी-कभी बारह-फलकीय और षट्कोणीय प्रिज्मीय क्रिस्टलों के रूप में पाए जाते हैं। अन्य रंगों में धूसर, हरा, पीला, सफेद, लाल और पारदर्शी शामिल हैं।

सामान्य स्रोत: ब्राजील
रेकी प्रतीक: सेई हे की

चक्र: भौं
रेकी टिप: रेकी कक्षाओं में एक-दूसरे से अपरिचित लोगों के समूहों को एकीकृत करने के लिए बहुत अच्छा है।

उपचार गुण

शारीरिक रूप से: उच्च रक्तचाप, शारीरिक संतुलन, लसीका तंत्र, मधुमेह, चयापचय, शिशुओं के स्वस्थ विकास और कैल्शियम की कमी के लिए अच्छा है।
भावनात्मक/आध्यात्मिक: मन को शांत करता है। भय, अनिद्रा, मानसिक स्वास्थ्य और उपचार, मानसिक अशांति, अतिसंवेदनशीलता, ऑटिज्म, एस्पर्जर सिंड्रोम, वृद्धावस्था, भ्रम और अपर्याप्तता की भावनाओं में सहायक है। आत्मसम्मान बढ़ाता है। रचनात्मक अभिव्यक्ति और सहनशक्ति को प्रोत्साहित करता है। समझ को बढ़ाता है। भावनाओं और विचारों को व्यक्त करने में मदद करता है।

फ़िरोज़ा
यह नीले, हरे या नीले/हरे रंग के पिंडों और पपड़ियों के रूप में पाया जाता है।

सामान्य स्रोत: चीन, म्यांमार, तिब्बत, अमेरिका
रेकी प्रतीक: दाई को मायो
चक्र: गला
रेकी सलाह: यह यात्रियों को सुरक्षा प्रदान करती है—यह ध्यान में रखते हुए कि यात्रा दुनिया भर की यात्रा हो सकती है या सुविधा स्टोर तक की सैर भी हो सकती है।

उपचार गुण
शारीरिक: एलर्जी की सभी प्रतिक्रियाओं (जैसे कि हे फीवर और त्वचा पर चकत्ते) के लिए यह सबसे कारगर क्रिस्टल है। शरीर के लिए एक सामान्य बहुउद्देशीय उपचारक के रूप में, यह सामान्य अस्वस्थता, गठिया, संधिवात, पीठ दर्द, सर्दी-जुकाम, फ्लू, विषहरण, रक्त संचार, पोषक तत्वों के अवशोषण, ऊतक पुनर्जनन, वजन बढ़ाने, पेट दर्द, यात्रा के दौरान होने वाली मतली, वायु, समुद्री और गतिभंग, मोतियाबिंद, घाव, ऑपरेशन के बाद की रिकवरी, सिरदर्द और गर्दन में मोच जैसी समस्याओं में मदद करता है। फेफड़ों के लिए अच्छा है, इसलिए अस्थमा, ब्रोंकाइटिस और सांस लेने में तकलीफ में सहायक है। गले और मांसपेशियों के स्वास्थ्य को बढ़ाता है। एक औषधि के रूप में यह तनाव से संबंधित त्वचा विकारों के उपचार में सहायक है (रेकी जल देखें)।
पृष्ठ 50)। विकिरण के प्रति प्रतिक्रियाओं (जैसे त्वचा पर चकत्ते और मतली) और कीमोथेरेपी, रेडियोथेरेपी और इसी प्रकार की दवाओं के दुष्प्रभावों को कम करता है। भोजन असहिष्णुता में सहायक। भावनात्मक/आध्यात्मिक: संचार, सार्वजनिक भाषण, रचनात्मक अभिव्यक्ति, मित्रता, शारीरिक और आध्यात्मिक प्रेम, करुणा, रोमांस, यात्रा, आध्यात्मिकता, मन की शांति, सभी मानसिक क्षमताओं, ज्ञान

और हर चीज में सुंदरता देखने को प्रोत्साहित करता है। साहस, भावनात्मक संतुलन, संपत्ति की सुरक्षा और दुर्घटनाओं से बचाव, और अपने मार्ग को देखने और उस पर चलने के लिए मानसिक और आध्यात्मिक स्पष्टता प्रदान करता है। ध्यान के चरम अनुभवों के दौरान स्थिरता प्रदान करता है। आत्मा से संपर्क, सूक्ष्म यात्रा, यिन/यांग संतुलन और लेखन में सहायता करता है। शंकालु मन और नकारात्मकता का प्रतिकार करता है।

बैंगनी

चारोइट
ये पिंडों के रूप में पाए जाते हैं, कभी-कभी इनमें सफेद क्वार्ट्ज और काले मैंगनीज के कण भी शामिल होते हैं।

सामान्य स्रोत: रूस
रेकी प्रतीक: राकु
चक्र: मुकुट
रेकी टिप: चारोइट आपको वर्तमान क्षण में बने रहने में मदद करता है।

उपचार गुण
शारीरिक: आंखों, हृदय, सिरदर्द, सामान्य दर्द, लिवर की क्षति (लिवर का सख्त होना), अग्नाशय की क्षति, नाड़ी की गति और विषाक्त पदार्थों को निकालने (एक औषधि के रूप में) में लाभकारी। भावनात्मक/आध्यात्मिक: आपके आध्यात्मिक अनुभवों को आपके भौतिक जीवन में लाता है। अतीत में स्थापित हानिकारक व्यवहार पैटर्न और चक्रों को तोड़ता है। विश्लेषण में सहायता करता है, जिससे आपको उत्तर और अर्थ खोजने में मदद मिलती है, साथ ही ध्यान, दूरदर्शिता, अंतर्ज्ञान, आगे बढ़ने और पुराने रिश्तों को छोड़ने में भी मदद मिलती है। ऑटिज्म और एस्पर्जर सिंड्रोम के लिए लाभकारी, एकाग्रता में सुधार करता है और एडीएचडी में सहायक है। अवसरों को देखने में मदद करता है।

वायलेट फ्लेम ओपल
सामान्य ओपल की एक किस्म (जिसमें कोई चमक नहीं होती) जो सफेद और बैंगनी रंग की होती है, जिसका रंग बैंगनी से लेकर हल्के बैंगनी और नीले रंग तक होता है।

सामान्य वैकल्पिक नाम: वायलेट रे ओपल, पर्पल रे ओपल, मैक्सिकन पर्पल ओपल। सामान्य स्रोत: मेक्सिको रेकी इलेक्ट्रॉन: माननीय शा ज़े शो नेन
चक्र: मुकुट

रेकी टिप: यह आपके ऑरा को ठीक करती है और एक सुरक्षा कवच की तरह काम करके आपकी ऊर्जा की रक्षा करती है, जिससे आप प्रभावी व्यक्तिगत सीमाएं बना सकते हैं। यह क्रिस्टल रेकी हीलर्स और सभी थेरेपिस्ट्स के लिए बहुत उपयोगी है।

उपचार गुण
शारीरिक लाभ: प्रजनन क्षमता, पाचन तंत्र, पोषक तत्वों का अवशोषण, रोग प्रतिरोधक क्षमता, तापमान नियंत्रण, बुखार, हाइपोथर्मिया, बालों का झड़ना, आंखें, दृष्टि, ईएमएफ के प्रभाव, अग्न्याशय और मधुमेह के लिए लाभकारी। श्रवण, दृष्टि, गंध, स्वाद और स्पर्श जैसी इंद्रियों को बढ़ाता है। भावनात्मक/आध्यात्मिक: आघात, सदमे और कष्टदायक परिवर्तनों से राहत दिलाता है। आत्माओं, देवदूतों, मार्गदर्शकों और सहायकों तथा टोटेम पशुओं से संपर्क स्थापित करने और उनसे जुड़ने की क्षमता को बढ़ाता है। क्रोध और भय जैसी पीड़ादायक भावनाओं और कष्टों को धीरे-धीरे दूर करने में सहायता करता है और उन्हें प्रेम और करुणा जैसी सकारात्मक भावनाओं और कार्यों में परिवर्तित करता है। जागरूकता, दिव्य दृष्टियों और आध्यात्मिक शक्ति को प्रोत्साहित करता है। नए विचारों और अवधारणाओं को आत्मसात करने में मदद करता है।

सुगिलिट

ये बैंगनी रंग के पिंडों के रूप में पाए जाते हैं, जिनमें अक्सर समावेशन होते हैं, और कभी-कभी छोटे क्रिस्टल भी पाए जाते हैं।

सामान्य वैकल्पिक नाम: लैवुलाइट, रॉयल लैवुलाइट, रॉयल एज़ेल
सामान्य स्रोत: दक्षिण अफ्रीका गणराज्य
रेकी प्रतीक: दाई को मायो
चक्र: मुकुट

रेकी सलाह: सुगिलाइट अधिकांश समस्याओं में सहायक होता है, इसलिए इसे अपने संग्रह में रखना एक अच्छा क्रिस्टल है।

उपचार गुण

शारीरिक: यह आपको रोग में मन और शरीर के संबंध को देखने और समझने में मदद करता है, इसलिए अधिकांश बीमारियों के उपचार में सहायक होता है। यह अधिवृक्क, पीनियल और पिट्यूटरी ग्रंथियों के साथ-साथ सिरदर्द, मिर्गी और दीर्घकालिक शारीरिक कष्ट और दर्द के लिए भी लाभकारी है। भावनात्मक/आध्यात्मिक: मानसिक संतुलन, आत्मविश्वास और साहस प्रदान करता है। इंडिगो सिंड्रोम, ऑटिज्म और एस्पर्जर सिंड्रोम से पीड़ित बच्चों, सीखने में कठिनाई वाले बच्चों और डिस्लेक्सिया से ग्रस्त बच्चों के लिए लाभकारी है। आध्यात्मिक प्रेम, आत्मा से संपर्क, जीवन पथ की खोज, रचनात्मकता और क्षमा को प्रोत्साहित करता है। विलक्षणता को नियंत्रित करने में सहायक है—यह इसे पूरी तरह ठीक नहीं करता, बल्कि आपको अपने वास्तविक स्वरूप में जीने में मदद करता है। शत्रुता, क्रोध, ईर्ष्या, पूर्वाग्रह और निराशा को दूर करता है।

लेपिडोलाइट
आमतौर पर ये लैवेंडर (गुलाबी से बैंगनी) रंग के पिंडों और परतदार प्लेटों ("पुस्तकों") के रूप में पाए जाते हैं, लेकिन कभी-कभी छोटे प्रिज्मीय और सपाट क्रिस्टलों के रूप में भी मिलते हैं। अन्य रंगों में पीला, धूसर, रंगहीन और सफेद शामिल हैं।

सामान्य स्रोत: ब्राजील
रेकी इलेक्ट्रॉन: माननीय शा ज़े शो नेन
चक्र: हृदय, भौं
रेकी का एक सुझाव: नए कौशल सीखने के लिए अच्छा है।

उपचार गुण
शारीरिक लाभ: प्रसव प्रक्रिया को सुगम बनाता है। पाचन क्रिया, टेंडोनाइटिस, ऐंठन, कब्ज, तंत्रिका संबंधी समस्याओं और अनियमित हृदय गति के लिए लाभकारी है। झुर्रियों को कम करता है (एक औषधि के रूप में)।
भावनात्मक/आध्यात्मिक: सभी प्रकार की लतों और व्यसनी स्वभाव वाले लोगों के उपचार में सहायक। अध्ययन, तनाव और उससे संबंधित समस्याओं, अवसाद, परिवर्तन और संक्रमण (मृत्यु सहित) और पुनर्जन्म में मदद करता है। जागरूकता और सूक्ष्म यात्रा को बढ़ाता है। अविश्वास को दूर करता है। मन को शांत करता है। अन्य: भरपूर फसल के लिए अच्छा है।

सुपर सेवन

सुपर सेवन क्वार्ट्ज़ एक प्रकार का खनिज है जिसमें कुछ अशुद्धियाँ होती हैं और यह मुख्य रूप से बैंगनी रंग का दिखाई देता है, लेकिन यह सात अलग-अलग खनिजों से मिलकर बना होता है: एमेथिस्ट, कैकोक्सेनाइट, गोएथाइट, लेपिडोक्रोसाइट, क्वार्ट्ज़, रूटाइल और स्मोकी क्वार्ट्ज़। इसमें मौजूद खनिजों के कारण, इसमें भूरे, लाल, सफेद, काले या रंगहीन क्षेत्र भी हो सकते हैं। छोटे टुकड़ों में भी इसके सभी औषधीय गुण मौजूद होते हैं, भले ही नमूने में सभी सात खनिज मौजूद न हों—इसका मूल द्रव्यमान ही सुपर सेवन को इसकी अद्भुत औषधीय क्षमता प्रदान करता है।

इसके सामान्य वैकल्पिक नाम: सुपर 7, सेक्रेड सेवन, मेलोडी स्टोन (अमेरिकी क्रिस्टल हीलर और लेखिका मेलोडी के नाम पर)
एकमात्र स्रोत: एस्पिरिटो सैंटो (ब्राजील)
रेकी प्रतीक: दाई को मायो
चक्र: सभी
रेकी टिप: यह ग्राहकों (और आपको) को किसी भी आवश्यक कर्मिक उपचार से गुजरने में तेजी लाने में मदद करता है।

उपचार गुण
शारीरिक रूप से: तंत्रिका तंत्र के लिए अच्छा है।
भावनात्मक/आध्यात्मिक: आभा को बढ़ाता है और आपको आभा देखने में मदद करता है। आत्मा से जुड़ाव को बढ़ावा देता है। आपको पाषाण मानवों की भाषा समझने में मदद करता है। मानसिक जागरूकता बढ़ाता है। सत्य, उन्नति, सपनों, लक्ष्यों और आदर्शों की पूर्ति, शांति, सद्भाव और प्रेम को प्रोत्साहित करता है। कर्म, पुनर्जन्म और पिछले जन्मों से जुड़ा हुआ है। टेलीपैथी, श्रवण शक्ति, दूरदर्शिता, रचनात्मकता और पृथ्वी के उपचार के लिए अच्छा है।

स्पिरिट क्वार्ट्ज
यह बैंगनी (नीलम) या सफेद (क्वार्ट्ज) रंग के क्रिस्टल के गुच्छों के रूप में पाया जाता है, जिसमें प्रचुर मात्रा में बार्नेकल क्रिस्टल की वृद्धि होती है, कभी-कभी इसमें नारंगी/भूरे रंग के लोहे के कण या सतह पर दाग होते हैं।

सामान्य स्रोत: दक्षिण अफ्रीका गणराज्य
रेकी प्रतीक: सेई हे की
चक्र: मुकुट
रेकी टिप: यह आपको अपने अंदर के अंधेरे पक्ष को देखने और उससे मुक्ति पाने में मदद करती है।

उपचार गुण
शारीरिक: प्रजनन क्षमता और त्वचा की एलर्जी के लिए लाभकारी (एक औषधि के रूप में)। तरल पदार्थों से संबंधित सभी कार्यों और स्थितियों में सहायक (जैसे रक्त, लसीका, सूजन, द्रव प्रतिधारण और विषहरण)। भावनात्मक/आध्यात्मिक: अपनेपन की भावना उत्पन्न करता है, जिससे अकेलापन दूर होता है और समूह, कार्यस्थल और खेल में टीम भावना विकसित करने में मदद मिलती है। शोक, जुनूनी व्यवहार और ओसीडी, पुनर्जन्म और सफलता के भय में सहायक। भावनाओं को मुक्त और पुनर्जीवित करता है। ध्यान, सूक्ष्म

यात्रा, स्वप्न, अतीत के अनुभवों, पिछले जन्मों और आंतरिक/उच्चतर स्व से जुड़ाव, ईएसपी और प्रवाह को बढ़ाता है। प्रचुरता, धैर्य और आत्मसम्मान को प्रोत्साहित करता है। सुरक्षा प्रदान करता है।

सफेद/पारदर्शी

हरकिमर डायमंड
एक स्पष्ट, छोटा, दोहरे सिरे वाला क्वार्ट्ज क्रिस्टल।

एकमात्र स्रोत: हरकिमर काउंटी (न्यूयॉर्क राज्य, संयुक्त राज्य अमेरिका)। अन्य "हीरे जैसे" क्वार्ट्ज़ क्रिस्टल पाकिस्तान, मैक्सिको और रोमानिया जैसे स्थानों से उपलब्ध हैं, लेकिन ये समान नहीं हैं।
रेकी प्रतीक: दाई को मायो
चक्र: मुकुट
रेकी टिप: अट्यूनमेंट कुर्सी के नीचे एक क्रिस्टल रखना बहुत अच्छा होता है, क्योंकि यह मास्टर को आत्मा से जुड़ने में मदद करता है।
छात्र की ऊर्जा (पृष्ठ 14 देखें)।

उपचार गुण
शारीरिक लाभ: विषाक्त पदार्थों को निकालने, चयापचय और क्षतिग्रस्त आनुवंशिक सामग्री, जीन और गुणसूत्रों की मरम्मत के लिए अच्छा है। साथ ही, यह कोशिकीय आनुवंशिक सामग्री को भी लाभ पहुंचाता है। विकिरण के प्रभावों के साथ-साथ कीमोथेरेपी और रेडियोथेरेपी के दुष्प्रभावों को भी कम करता है।

भावनात्मक/आध्यात्मिक: वर्तमान क्षण में जीने को बढ़ावा देता है। तनाव और भय से राहत देता है। सहजता, विश्राम और नई शुरुआत को प्रोत्साहित करता है। सभी मानसिक क्षमताओं और स्मृति के लिए लाभकारी है। ऊर्जाओं, लोगों, स्थानों, देवी-देवताओं, अनुष्ठानों, क्रिस्टलों, रेकी और लगभग हर चीज से जुड़ाव बढ़ाता है।

एपोफिलाइट
घनाकार और पिरामिडनुमा क्रिस्टल, ड्रूज़ और पिंड। आमतौर पर सफेद या रंगहीन, या कभी-कभी हरे रंग के।

सामान्य स्रोत: भारत
रेकी प्रतीक: दाई को मायो
चक्र: भौं, सिर का ऊपरी भाग
रेकी टिप: ध्यान की अवस्था को बनाए रखने में सहायक होती है।

उपचार गुण
शारीरिक: दृष्टि, ऊतकों की मरम्मत और त्वचा को फिर से जीवंत करने में सहायक। युवा दिखने में मदद करता है। भावनात्मक/आध्यात्मिक: आत्मा से संबंध स्थापित करने और उसे बनाए रखने में मदद करता है। सत्य, बुद्धि और समस्या-समाधान को बढ़ावा देता है। सूक्ष्म यात्रा, आत्मचिंतन, अंतर्मन, भविष्यवाणियों और दिव्य दृष्टि के लिए लाभकारी।
अन्य जानकारी: एपोफिलाइट पिरामिड भोजन को संरक्षित करने में मदद कर सकते हैं।

डैनबुराइट
पारदर्शी/सफेद प्रिज्मीय धारीदार क्रिस्टल। अन्य रंगों में गुलाबी, पीला और बैंगनी शामिल हैं।

सामान्य स्रोत: मेक्सिको, संयुक्त राज्य अमेरिका
रेकी प्रतीक: सेई हे की
चक्र: मुकुट
रेकी टिप: यह नई कक्षा या समूह को आपस में जुड़ने में मदद कर सकती है।

उपचार गुण
शारीरिक लाभ: मांसपेशियों की अकड़न दूर करता है। पित्ताशय, यकृत के लिए अच्छा है, शरीर से विषाक्त पदार्थों को निकालता है और वजन बढ़ाने में सहायक है। भावनात्मक/आध्यात्मिक लाभ: सामाजिक मेलजोल बढ़ाता है—शोक, मानसिक आघात, नशे की समस्या या अस्पताल में भर्ती होने जैसी किसी स्थिति के बाद आपको फिर से सामान्य जीवन में लौटने में मदद करता है। समूहों और टीमों के लिए अच्छा है। ऑपरेशन के बाद होने वाले अवसाद में सहायक है।

[redacted]

[redacted] [redacted] [redacted] [

उपचार गुण

शारीरिक: प्रजनन क्षमता, गर्भावस्था, प्रसव, महिला हार्मोन, मासिक धर्म चक्र और माहवारी, मासिक धर्म के दर्द और पीएमएस, रजोनिवृत्ति, रक्त संचार, कब्ज, शरीर में पानी जमा होना, सूजन और कीड़े के काटने में सहायक। आपातकालीन स्थिति से निपटने के बाद एनाफिलेक्सिस शॉक में भी कारगर। पिट्यूटरी ग्रंथि, आंखों, त्वचा (त्वचा पर लगाने के लिए), बालों (त्वचा पर लगाने के लिए) और युवा दिखने में सहायक। भावनात्मक/आध्यात्मिक: घर में खुशहाली लाने में सहायक। शांत और सुखदायक। सामान्य रूप से भावनाओं, नियंत्रण, संतुलन, अतिसंवेदनशीलता, कामुकता और जुनून में सहायक। ऊर्जा अवरोधों को दूर करता है। देखभाल, करुणा, दया, पोषण, ज्ञान और मन की शांति को बढ़ावा देता है। आपको अपने अंतर्मन से जुड़ने में मदद करता है। चक्रों और दोहराए जाने वाले पैटर्न को तोड़ता है। परिवर्तन, नई शुरुआत और अंत को संभालने में सहायक। निराशावाद का प्रतिकार करता है। अंतर्ज्ञान, समझ, रचनात्मकता, आत्मविश्वास और संयम को बढ़ाता है। यात्रियों को सुरक्षा प्रदान करता है। सौभाग्य लाता है।

हिम क्वार्ट्ज
क्वार्ट्ज जो सफेद पिंडों के रूप में पाया जाता है।

इसके सामान्य वैकल्पिक नाम: क्वार्ट्ज़ाइट, मिल्की क्वार्ट्ज़, फीमेल क्वार्ट्ज़
सामान्य स्रोत: विश्व भर में (विशेषकर भारत और अमेरिका में)
रेकी प्रतीक: दाई को मायो
चक्र: मुकुट
रेकी टिप: यह शुद्धता की भावना उत्पन्न करता है, इसलिए रेकी मास्टर्स के लिए दीक्षा समारोह के दौरान इसे अपने साथ रखना या पहनना अच्छा होता है।

उपचार गुण
शारीरिक लाभ: मस्तिष्क, रीढ़ की हड्डी और तंत्रिकाओं के लिए अच्छा है। अल्जाइमर रोग और मनोभ्रंश में सहायक है। भावनात्मक/आध्यात्मिक लाभ: मन से उलझन भरे विचारों और चिंताओं को दूर करके स्पष्टता और ज्ञान प्रदान करता है। मानसिक अवरोधों को दूर करता है। स्मृति बढ़ाता है। नकारात्मकता का प्रतिकार करता है। अध्ययन और परीक्षा की तैयारी के लिए अच्छा है।

[redacted]

[redacted]

[redacted]: [redacted]
[redacted]: [redacted]
[redacted]: [redacted]
[redacted]: [redacted]
[redacted]: [redacted]

[redacted]
[redacted]: [redacted]
[redacted]/[redacted]: [redacted]

Selenite
[redacted]

[redacted]: [redacted], [redacted] ([redacted]), [redacted]
[redacted]: [redacted]
[redacted]: [redacted]
[redacted]: [redacted]

[redacted]
[redacted]: [redacted]

अच्छा है। भावनात्मक/आध्यात्मिक: यह यौन इच्छा को बढ़ाता है। यह दुर्व्यवहार, तनाव और चिंता से निपटने में मदद करता है। तनाव से संबंधित त्वचा की समस्याओं को कम करता है। इसका चंद्रमा से गहरा संबंध है (सेलेनाइट का नाम चंद्रमा की देवी सेलेने के नाम पर रखा गया है)।

देवी पत्थर
एक सफेद, धूसर और भूरे रंग का खनिजयुक्त ओपल, जिसे तकनीकी रूप से मेनाइलाइट के नाम से जाना जाता है। यह प्राकृतिक रूप से गोल आकृतियाँ बनाता है जो प्रागैतिहासिक देवी-देवताओं की मूर्तियों से मिलती जुलती हैं।

सामान्य वैकल्पिक नाम: मेनिलिट, फेयरी स्टोन, मेनलाइट (सामान्य गलत वर्तनी)
सामान्य स्रोत: फ्रांस, मोरक्को
रेकी प्रतीक: दाई को मायो
चक्र: मुकुट
रेकी टिप: नारीत्व को बढ़ावा देती है और पवित्र स्त्रीत्व से जुड़ाव को मजबूत करती है।

उपचार गुण
शारीरिक: प्रजनन क्षमता और महिला प्रजनन प्रणाली के लिए लाभकारी। भावनात्मक/आध्यात्मिक: देवी और चंद्रमा तथा धरती माता की ऊर्जाओं से आपका जुड़ाव बढ़ाता है। प्रेम, पालन-पोषण, आराम, सुरक्षा और रहस्य का संचार करता है। आपकी छिपी प्रतिभाओं को उजागर करता है। आंतरिक शक्ति और आत्मविश्वास प्रदान करता है, भय को दूर करता है और कामुकता को प्रकट होने देता है। सफलता, समृद्धि और नई शुरुआत लाता है। अंतर्ज्ञान, भविष्यवाणी और अन्य मानसिक कौशल विकसित करने में सहायक।

काला

ब्लैक ओब्सीडियन
काला ज्वालामुखी कांच।

सामान्य स्रोत: मेक्सिको, संयुक्त राज्य अमेरिका
रेकी प्रतीक: राकु
चक्र: आधार
रेकी टिप: यह आत्मा के दर्पण के रूप में कार्य करती है—यह आपको स्वयं को गहराई से और ध्यानपूर्वक देखने और फिर मुस्कुराने में सक्षम बनाती है।

उपचार गुण
शारीरिक रूप से: पाचन क्रिया, बृहदान्त्र, गैस्ट्रोएंटेराइटिस, आईबीएस, क्रोहन रोग, गैस की समस्या, मतली, दस्त और कब्ज के लिए अच्छा है।
भावनात्मक/आध्यात्मिक: अवचेतन अवरोधों को दूर करने में मदद करता है, जिससे आप उन चीजों को भी छोड़ सकते हैं जिनका आपको एहसास भी नहीं था कि वे आपको प्रभावित करती हैं। यह स्थिरता, सुरक्षा, जीवन रक्षा की प्रवृत्ति, रचनात्मकता, अंतर्ज्ञान, भविष्यवाणियों, आध्यात्मिकता को अपने दैनिक जीवन में शामिल करने, ज्ञान, अपने अंधेरे पक्ष को देखने और सीखने के लिए अच्छा है। यह पुरुष गुणों, ऊर्जा और कामुकता को बढ़ाता है। यह तांत्रिक उपचार में सहायक है। यह आपको रोग के कारण को पहचानने, अपनी जड़ों और अतीत के अनुभवों से जुड़ने और आत्म-विनाशकारी आदतों को तोड़ने में मदद करता है।

काला टूमलाइन
काले, ऊर्ध्वाधर रूप से धारीदार प्रिज्मीय क्रिस्टल।

सामान्य वैकल्पिक नाम: शोर्ल, अफ्रिसाइट
सामान्य स्रोत: ब्राजील, भारत, पाकिस्तान
रेकी प्रतीक: चो कू री
चक्र: आधार
रेकी टिप: उपचार देते समय काले टूमलाइन के गहने पहनें ताकि आप अपने ग्राहकों द्वारा उत्सर्जित ऊर्जा को ग्रहण करने से सुरक्षित रहें।

उपचार गुण
शारीरिक: यह स्फूर्ति, गठिया, हृदय और अधिवृक्क ग्रंथियों के लिए अच्छा है। यह विकिरण के प्रभावों को कम करता है, जिसमें कीमोथेरेपी और रेडियोथेरेपी के दुष्प्रभाव भी शामिल हैं। भावनात्मक/आध्यात्मिक: यह आपको हर प्रकार की नकारात्मकता से बचाता है। यह पीड़ित मानसिकता का मुकाबला करता है। यह भावनात्मक स्थिरता, बुद्धि, व्यावहारिकता, रचनात्मकता और पृथ्वी से जुड़ाव को प्रोत्साहित करता है। यह एक ऐसा पत्थर है जो चिंता और शर्मिंदगी को कम करके आपको बेहतर महसूस कराता है। यह अनाड़ीपन और डिस्लेक्सिया में भी सहायक है।

जेट
पेड़ों के जीवाश्म अवशेष। इनका वजन इनके आकार के हिसाब से हमेशा बहुत कम होता है।

सामान्य स्रोत: कनाडा, चीन, जर्मनी, रूस (विशेष रूप से साइबेरिया), स्पेन, तुर्की, यूके (व्हिटबी से आने वाला जेट प्रीमियम श्रेणी का माना जाता है), अमेरिका
रेकी प्रतीक: सेई हे की
चक्र: आधार
रेकी टिप: यह ग्राहकों को शोक से मुक्ति दिलाने में मदद करती है।

उपचार गुण
शारीरिक लाभ: बीमारियों से बचाता है। माइग्रेन, सूजी हुई ग्रंथियां, पेट दर्द, पाचन, मिर्गी और सामान्य सर्दी-जुकाम में सहायक है।
भावनात्मक/आध्यात्मिक: हिंसा से सुरक्षा प्रदान करता है, और लाल जैस्पर के साथ मिलकर जादू टोने से बचाता है। हानि, दीर्घकालिक संबंध के अंत, त्याग, अवसाद और भय से निपटने में सहायक है। यौन ऊर्जा और यिन/यांग संतुलन को बढ़ाता है। धन लाता है। मन को शांत करता है और ऊर्जा प्रदान करता है।

[redacted]

[redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted]

[redacted] [redacted]: [redacted] ([redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted])
[redacted] [redacted]: [redacted], [redacted], [redacted]
[redacted] [redacted]: [redacted]
[redacted]: [redacted]
[redacted] [redacted]: [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted]

[redacted] [redacted]
[redacted] [redacted]: [redacted] [redacted], [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted]

दिलाता है। व्यवहार में बदलाव, भावनात्मक संतुलन, शोक, नकारात्मकता और अतीत से आगे बढ़ने में सहायक। जीवन में परिवर्तन और प्रगति को प्रोत्साहित करता है। क्षमा और सहजता को बढ़ावा देता है।

स्नोफ्लेक ओब्सीडियन
सफेद फेनोक्रिस्ट के समावेशन से युक्त काला ऑब्सीडियन जो "स्नोफ्लेक" पैटर्न बनाता है।

सामान्य स्रोत: संयुक्त राज्य अमेरिका
रेकी प्रतीक: राकु
चक्र: आधार
रेकी टिप: क्रोध को कम करने में मदद करती है।

उपचार गुण
शारीरिक: यह पेट और साइनस के लिए अच्छा है, क्योंकि यह इन दोनों क्षेत्रों को जोड़ने वाली नसों को खोलता है, साथ ही नसों, हड्डियों, दृष्टि, आंखों (एक औषधि के रूप में), त्वचा (एक औषधि के रूप में) के लिए भी फायदेमंद है। यह गणितीय अक्षमता और शरीर से विषाक्त पदार्थों को निकालने में मदद करता है। भावनात्मक/आध्यात्मिक: यह मन को शांति प्रदान करता है। यह द्वेष को दूर करने में सहायक है। यह हानिकारक व्यवहार पैटर्न और अकेलेपन से निपटने में मदद करता है। यह ध्यान और पवित्रता (सभी अर्थों में) को बढ़ाता है।

शुंगाइट

अपारदर्शी और चमकदार काला, कोयले के रंग का या भूरा गैर-क्रिस्टलीय खनिज। इसमें 98% तक कार्बन होता है।

सामान्य वैकल्पिक नाम: फुलेराइट, फुलेरीन, बकी बॉल्स, बकमिनस्टरफुलेरीन, काला गेरू (लाल और पीले गेरू से कोई संबंध नहीं)
सामान्य स्रोत: उच्च गुणवत्ता वाला शुंगाइट केवल उत्तर-पश्चिमी रूस के कारेलिया क्षेत्र के शुंगा में ओनेगा झील के पास ज़ाज़ोगिन्स्कोये भंडार में पाया जाता है; निम्न गुणवत्ता वाला शुंगाइट ऑस्ट्रिया, कांगो लोकतांत्रिक गणराज्य, भारत और कजाकिस्तान से प्राप्त किया जा सकता है।
रेकी प्रतीक: दाई को मायो
चक्र: सभी
रेकी टिप: पानी को शुद्ध करता है—अपने रेकी जल में शुंगाइट पत्थर डालें (पृष्ठ 50 देखें)।

उपचार गुण
शारीरिक लाभ: विषाक्त पदार्थों को शरीर से बाहर निकालने में सहायक (एक औषधि के रूप में)। बीमारी, चोट और सर्जरी से उबरने में मदद करता है। बच्चों के विकास, ऊतकों की मरम्मत और स्वस्थ वृद्धि को बढ़ावा देता है। एलर्जी वाली त्वचा की प्रतिक्रियाओं और दीर्घकालिक दर्द से राहत दिलाने में भी कारगर है।
भावनात्मक/आध्यात्मिक: तनाव से संबंधित एलर्जी में सहायक। मन, शरीर और आत्मा को शुद्ध करता है। ईएमएफ और जियोपैथिक तनाव से सुरक्षा प्रदान करता है। संतुलन लाता है। बीमारी से भावनात्मक और आध्यात्मिक रूप से उबरने में मदद करता है। तनाव और भावनात्मक पीड़ा से राहत दिलाता है। भावनाओं को शुद्ध करता है—यह आपको उन सभी चीजों से मुक्ति दिलाने में मदद करता है जो आपको आगे बढ़ने से रोक रही हैं।

टेक्टाइट

उल्कापिंड के पृथ्वी से टकराने से उत्पन्न अत्यधिक ताप से बना उल्कापिंडीय कांच। ताप इतना तीव्र होता है कि उल्कापिंड और पृथ्वी की सतह दोनों पिघल जाते हैं, और अंतरिक्ष सामग्री और पृथ्वी के इस मिश्रण के ठंडा होने से टेक्टाइट का निर्माण होता है। आमतौर पर यह काले या भूरे रंग का होता है; कभी-कभी पीले (लीबियाई कांच) और हरे (मोल्डावाइट) रंग का भी होता है।

सामान्य स्रोत: चीन, थाईलैंड
रेकी इलेक्ट्रॉन: माननीय शा ज़े शो नेन
चक्र: मुकुट
रेकी संबंधी सलाह: यह सलाह मानसिक चिकित्सा का अभ्यास करने वाले रेकी मास्टर्स के लिए उपयोगी है।

उपचार गुण
शारीरिक: प्रजनन क्षमता, बुखार और रक्त संचार के लिए अच्छा है। भावनात्मक/आध्यात्मिक: मित्रों, रिश्तेदारों और प्रेमियों के बीच की शारीरिक दूरी को भावनात्मक रूप से कम करता है, इसलिए घर की याद को कम करने में सहायक है। यिन/यांग संतुलन और समृद्धि को बढ़ावा देता है। तर्क शक्ति, टेलीपैथी, ध्यान (शुरुआत करने और चरम अनुभव तक पहुँचने और उसे बनाए रखने के लिए) और अन्य लोकों से संपर्क स्थापित करने में सहायक है।

स्लेटी

हेमेटाइट
यह पिंडों, बोट्रायोइडल आकृतियों, रोसेट, स्तरित "प्लेटों", और सारणीबद्ध और समचतुर्भुज क्रिस्टलों के रूप में पाया जाता है। इसका रंग काला और ईंट जैसा लाल/भूरा होता है, या पॉलिश करने पर आमतौर पर धात्विक धूसर/चांदी जैसा दिखता है।

सामान्य स्रोत: विश्व भर में (विशेषकर मोरक्को और यूके)
रेकी प्रतीक: राकु
चक्र: आधार
रेकी टिप: ग्राउंडिंग के लिए अच्छा है; अगर उपचार देने के बाद आपको थोड़ा चक्कर आ रहा हो, तो कुछ हेमेटाइट पत्थर पकड़ें और उन्हें अपने थेरेपी रूम में रखें ताकि उपचार के बाद अगर आपके क्लाइंट को चक्कर आ रहा हो और उन्हें घर जाने के लिए गाड़ी चलानी पड़े तो वे उनका इस्तेमाल कर सकें।

उपचार गुण
शारीरिक: एनीमिया और रक्त के थक्के सहित सभी रक्त संबंधी समस्याओं और तिल्ली के लिए लाभकारी है। ऐंठन, मल्टीपल स्केलेरोसिस, पीठ दर्द, हवाई यात्रा के दौरान होने वाली मतली, यात्रा के दौरान होने वाली मतली, जेट लैग, निपुणता, टूटी हड्डियों और फ्रैक्चर में सहायक है। शरीर का तापमान कम करता है, इसलिए बुखार (एक औषधि के रूप में) और सनबर्न (त्वचा पर लगाने के लिए औषधि के रूप में) में भी फायदेमंद है। रीढ़ की हड्डियों के लिए भी लाभकारी है (एक पत्थर रीढ़ की हड्डी के निचले हिस्से में और एक पत्थर ऊपरी हिस्से में रखें)। भावनात्मक/आध्यात्मिक: साहस और शक्ति प्रदान करता है। व्यक्तित्व आकर्षण बढ़ाता है। तनाव, अनिद्रा, मानसिक प्रक्रियाओं, विचारों, स्मृति, गणित, गणना की कमी, यिन/यांग संतुलन और नकारात्मकता में सहायक है। प्रेम को आकर्षित करता है। ध्यान के लिए लाभकारी है।

धूसर धारीदार एगेट
एगेट का एक प्रकार जो भूरे और सफेद रंग की धारियों या पैटर्न वाला होता है और गुच्छों के रूप में पाया जाता है।

सामान्य स्रोत: बोत्सवाना
रेकी प्रतीक: चो कू री
चक्र: त्रिकास्थि
रेकी टिप: यह ऊर्जा को संग्रहित करती है और जब आपको इसकी आवश्यकता होती है, तो इसे आपकी शारीरिक ऊर्जा को बढ़ावा देने के रूप में मुक्त करती है।

उपचार गुण

शारीरिक: थकान, सामान्य कमजोरी और एमनियोटिक फ्लूइड सिंड्रोम (एमई) से राहत देता है। पाचन, आंत्र और आईबीएस के लिए अच्छा है। भावनात्मक/आध्यात्मिक: आत्मविश्वास और ऊर्जा वापस लाता है। सुरक्षा प्रदान करता है।

पाइराइट
यह घनाकार और द्वादशफलकीय क्रिस्टलों के रूप में पाया जाता है, कभी-कभी चपटे (पाइराइट के छोटे-छोटे टुकड़े) और पिंडों के रूप में भी। ऑक्सीकरण के साथ इसका रंग अधिक सुनहरा हो जाता है और यह कई खनिजों को प्रतिस्थापित कर सकता है, इसलिए यह कई अन्य संरचनाओं में और अन्य खनिजों के संयोजन में भी पाया जा सकता है।

इसके सामान्य वैकल्पिक नाम हैं: आयरन पाइराइट्स, फूल्स गोल्ड; मार्कासाइट रासायनिक रूप से समान है लेकिन इसकी क्रिस्टलीय संरचना भिन्न होती है।
सामान्य स्रोत: पेरू, स्पेन, यूके, यूएसए
रेकी प्रतीक: चो कू री
चक्र: सभी, लेकिन विशेष रूप से सोलर प्लेक्सस
रेकी के बारे में एक सलाह: यह ऊर्जा की चिंगारियों की तरह है—शारीरिक, भावनात्मक, मानसिक और आध्यात्मिक।

उपचार गुण
शारीरिक रूप से: रक्त संचार, पाचन, वैरिकाज़ नसें, मस्तिष्क, खर्राटे, प्रदूषण, हड्डियाँ, कोशिकाओं का निर्माण, विकिरण रोग और कीमोथेरेपी और रेडियोथेरेपी के दुष्प्रभाव, फेफड़े, अस्थमा, ब्रोंकाइटिस, फुफ्फुसशोथ, संक्रमण, बुखार और सूजन के लिए अच्छा है।
भावनात्मक/आध्यात्मिक: नेतृत्व, प्रेरणा, विचारों, योजनाओं और लक्ष्यों को प्रोत्साहित करता है। नकारात्मकता को दूर करता है। स्मृति, विचार प्रक्रियाओं और सुरक्षा के लिए अच्छा है। दुर्घटनाओं के प्रति संवेदनशील लोगों के लिए सहायक है। अन्य: शोर मचाने वाले पड़ोसियों को शांत करने के लिए पाइराइट को खिड़कियों की चौखटों पर, दरवाजों के पास या अपार्टमेंट या टाउनहाउस/टेरेस वाले घरों में साझा दीवारों के पास रखें।

[redacted]

[redacted]

[redacted]: [redacted]
[redacted]: [redacted]
[redacted]: [redacted]
[redacted]: [redacted]

[redacted]
[redacted]: [redacted]
[redacted]/[redacted]: [redacted]

भूरा

जीवाश्म लकड़ी
ये जीवाश्म बन चुके पेड़ों से बनते हैं जिनमें कार्बनिक पदार्थ की जगह एक या अधिक खनिज आ जाते हैं — आमतौर पर अगेट, कैल्सेडोनी और क्वार्ट्ज, लेकिन कई अन्य प्रकार के खनिज भी मौजूद हो सकते हैं। इनका रंग भूरा हो सकता है, लेकिन ये लकड़ी जैसे किसी भी रंग के हो सकते हैं, या अगेट, कैल्सेडोनी और ओपल के रंगों के भी हो सकते हैं।

सामान्य स्रोत: विश्व भर में (विशेष रूप से मेडागास्कर और संयुक्त राज्य अमेरिका)
रेकी इलेक्ट्रॉन: माननीय शा ज़े शो नेन
चक्र: आधार
रेकी का एक सुझाव: यह आपको पिछले जन्मों से जुड़ने, घटनाओं को याद करने और ठीक होने में मदद करता है।

उपचार गुण
शारीरिक रूप से: गठिया, एलर्जी, हे फीवर, संक्रमण, दीर्घायु, प्रदूषण के प्रभावों, हड्डियों और टूटी हड्डियों और फ्रैक्चर के लिए अच्छा है।
भावनात्मक/आध्यात्मिक: अस्थिर भावनाओं और मानसिक संतुलन को स्थिरता प्रदान करता है। मन को शांत और स्थिर करता है। तनाव और बचपन की समस्याओं में सहायक है।

क्रेज़ी लेस एगेट
एक प्रकार का अगेट जिसमें "अनोखे" पैटर्न होते हैं—भूरे, क्रीम और लाल रंग की पट्टियाँ और लहरदार रेखाएँ।

सामान्य वैकल्पिक नाम: मैक्सिकन लेस एगेट
सामान्य स्रोत: मेक्सिको
रेकी प्रतीक: चो कू री
चक्र: हृदय
रेकी टिप: जब भी आप कुछ नया करें, इसे अपने साथ रखें।

उपचार गुण

शारीरिक रूप से: यह जीवन शक्ति, हृदय, त्वचा (एक अमृत के रूप में), वाणी और इंद्रियों - श्रवण, दृष्टि, गंध, स्वाद और स्पर्श के लिए अच्छा है।
भावनात्मक/आध्यात्मिक: आत्मविश्वास बढ़ाने, आत्म-विश्वास, साहस और आत्मसम्मान को प्रोत्साहित करने के लिए यह सबसे उपयुक्त क्रिस्टल है। यह भय, संतुलन, परिवर्तन और नई शुरुआत में सहायक है।

फुलगुराइट

विभिन्न अशुद्धियों से युक्त प्राकृतिक रूप से पिघला हुआ क्वार्ट्ज, जो भूरे से लेकर धूसर तक के रंग प्रदान करता है। रेगिस्तानों में बिजली गिरने से इसका निर्माण होता है।

सामान्य वैकल्पिक नाम: पेट्रीफाइड लाइटनिंग, लेचेटेलिएराइट (फुलगुराइट का एक प्रकार)

सामान्य स्रोत: लीबिया
रेकी प्रतीक: राकु
चक्र: भौं
रेकी टिप: डॉविंग के लिए विशेष रूप से सहायक (पृष्ठ 46 देखें)।

उपचार गुण
शारीरिक रूप से: यह कान, नाक, गला, अन्नप्रणाली, आंत, बृहदान्त्र, पाचन और इंद्रियों - श्रवण, दृष्टि, गंध, स्वाद और स्पर्श के लिए अच्छा है।
भावनात्मक/आध्यात्मिक: संचार, एकाग्रता और मानसिक कौशल में सहायता करता है।

स्टोन® रंग
एक धूसर/भूरे रंग का गोलाकार या अंडाकार पत्थर जिस पर चिकने पैटर्न और/या उभार होते हैं। चिकने पैटर्न वाले पत्थरों को "मादा" कहा जाता है, जबकि उभार वाले पत्थरों को "नर" कहा जाता है। पत्थरों पर आमतौर पर नर/मादा के जोड़े में काम किया जाता है। यह पत्थर मुख्य रूप से पाइराइट से बना होता है जिसमें कुछ पैलेडियम और अन्य खनिजों के अंश भी होते हैं।

स्रोत: बोजि घाटी (कोलोराडो, संयुक्त राज्य अमेरिका); इसी तरह की अन्य सामग्रियां भी उपलब्ध हैं जिन्हें पॉप रॉक्स, शैमन स्टोन या मोची मार्बल के नाम से जाना जाता है।
रेकी प्रतीक: राकु
चक्र: यदि एक बोजी पत्थर के साथ काम कर रहे हैं तो आधार चक्र, या यदि जोड़े में काम कर रहे हैं तो सभी चक्र।
रेकी टिप: इन्हें जोड़े में इस्तेमाल करें, एक-एक हाथ में। ये शरीर की ऊर्जाओं को संरेखित करेंगे और सभी चक्रों को एक साथ संतुलित करेंगे। इससे शरीर, मन और आत्मा को एक साथ ऊर्जा मिलती है, स्थिरता आती है और शरीर में ऊर्जा का प्रवाह महसूस होता है।

उपचार गुण
शारीरिक: दर्द से राहत देता है। ऊतकों के पुनर्जनन को बढ़ावा देता है और स्वास्थ्य लाभ को गति प्रदान करता है। भावनात्मक/आध्यात्मिक: नए विचारों को साकार रूप देने में सहायक। ऊर्जा अवरोधों को दूर करता है और ऊर्जा प्रवाह को बेहतर बनाता है। आभा को मजबूत करता है। स्थिरता प्रदान करता है। जानवरों के साथ संवाद स्थापित करने में मदद करता है।

लिंगम

जैस्पर की एक भूरे/क्रीम रंग की किस्म जो लगभग गोल सिरों वाले अमेरिकी फुटबॉल (या रग्बी बॉल) के आकार की होती है।

सामान्य वैकल्पिक नाम: शिव लिंगम, नर्मदेश्वर लिंगम
स्रोत: गंगा नदी और उसकी सहायक नदियाँ (भारत)
रेकी प्रतीक: दाई को मायो
चक्र: सभी
रेकी टिप: यह आपके और आपके ग्राहकों के लिए आध्यात्मिक शुद्धि का बेहतरीन उपाय है।

उपचार गुण
शारीरिक: शरीर में तरल पदार्थों के संतुलन, शरीर में पानी जमा होने, पीठ दर्द, रीढ़ की हड्डी, रजोनिवृत्ति, प्रजनन क्षमता और प्रोस्टेट ग्रंथि के लिए लाभकारी। भावनात्मक/आध्यात्मिक: गहरी समझ प्रदान करता है। शारीरिक और आध्यात्मिक ऊर्जा को जोड़ता है। अपने उच्चतर स्व, अंतर्दृष्टि, सहज ज्ञान, रिश्तों, प्रेम और पुरुष ऊर्जा से जुड़ाव बढ़ाता है। ध्यान में चरम अनुभूति प्राप्त करने में सहायक।

स्मोकी क्वार्ट्ज
स्मोकी क्वार्ट्ज़ एक प्रकार का भूरा या काला क्वार्ट्ज़ है जो पृथ्वी से निकलने वाले प्राकृतिक विकिरण से रंगीन हो जाता है। इस प्रक्रिया को प्रयोगशालाओं में काफी प्रभावी ढंग से दोहराया जा सकता है, इसलिए कई स्मोकी क्वार्ट्ज़ क्रिस्टलों का रंग और भी निखर जाता है।

इसके सामान्य वैकल्पिक नाम: स्मोकी क्वार्ट्ज, कैर्नगोर्म
सामान्य स्रोत: ब्राजील, मेडागास्कर, संयुक्त राज्य अमेरिका
रेकी प्रतीक: चो कू री
चक्र: आधार
रेकी टिप: कर्म के नियमों को गति प्रदान करती है, जिससे बुरी ऊर्जा अपने स्रोत पर वापस चली जाती है!

उपचार गुण
शारीरिक: जीवन शक्ति, शारीरिक अभिव्यक्ति, यौन ऊर्जा, श्वास और शारीरिक मुद्रा के साथ-साथ पैरों, घुटनों, टखनों, हाथों और पंजों के लिए अच्छा है। इसका शामक प्रभाव हो सकता है। हकलाने में सहायक। भावनात्मक/आध्यात्मिक: किसी व्यक्ति, पालतू जानवर या रिश्ते के खोने से उत्पन्न खालीपन को भरता है। स्वप्न व्याख्या में सहायता करता है। मानसिक गतिविधि, विश्राम, अतीत को भुलाकर जीवन में आगे बढ़ने के लिए प्रोत्साहित करता है। नकारात्मकता, क्रोध, अवसाद, निराशा और शोक का प्रतिकार करता है। ऊर्जा उपचार पद्धतियों, जैसे रेकी और आध्यात्मिक उपचार के लिए हाथों के माध्यम से ऊर्जा प्रवाहित

करने में सहायक। विशेष रूप से समारोहों के दौरान सुरक्षा प्रदान करता है। ध्यान, पुरुष ऊर्जा, जीवन रक्षा की प्रवृत्ति और अंतर्ज्ञान को बढ़ाता है। व्यवहार के पैटर्न को पहचानने में मदद करता है। खरीदारी और अत्यधिक खर्च करने की लत को कम करता है।

मास्कोवासी
अभ्रक की एक किस्म जो आमतौर पर परतदार "प्लेट", "फूल", "किताबें", शल्क और पिंडों के साथ-साथ अन्य क्रिस्टलीय रूप बनाती है। आमतौर पर भूरे रंग का होता है, लेकिन हरा, गुलाबी, धूसर, बैंगनी, पीला, लाल और सफेद रंग में भी पाया जा सकता है।

सामान्य स्रोत: ब्राजील
रेकी प्रतीक: सेई हे की
चक्र: हृदय
रेकी सलाह: यदि आप इस बात को लेकर चिंतित हैं कि "मेरी स्थिति के कारण मुझ पर और दूसरों पर, परिवार, दोस्तों, व्यापारिक साझेदारों और किसी भी ऐसे व्यक्ति पर क्या असर पड़ेगा जो मुझ पर निर्भर है," तो चिंता करना बंद करें, अपने जीवन में आगे बढ़ें और सभी के लिए दुनिया को थोड़ा बेहतर बनाएं।

उपचार गुण
शारीरिक: एलर्जी, मधुमेह, भूख, निर्जलीकरण और मोनोन्यूक्लियोसिस (ग्रंथियों का बुखार) के लिए लाभकारी। भावनात्मक/आध्यात्मिक: आत्म-संदेह, असुरक्षा और निराशावाद को दूर करता है। आत्मविश्वास, आंतरिक शक्ति और भावनात्मक अभिव्यक्ति को बढ़ाता है। क्रोध, नखरे, अत्यधिक घबराहट और विचारों की गति को नियंत्रित करने में सहायक। पीड़ादायक भावनाओं से मुक्ति दिलाता है। अंतरात्मा की आवाज़ सुनने, अतीत की समस्याओं से उबरने और जीवन के महत्वपूर्ण निर्णय लेने में मदद करता है। समस्या समाधान, अपने उच्चतर स्व से जुड़ना, आध्यात्मिक दर्शन और ध्यान को प्रोत्साहित करता है। नींद के चक्र को संतुलित करता है और अनिद्रा में सहायक।

सेप्टेरियन

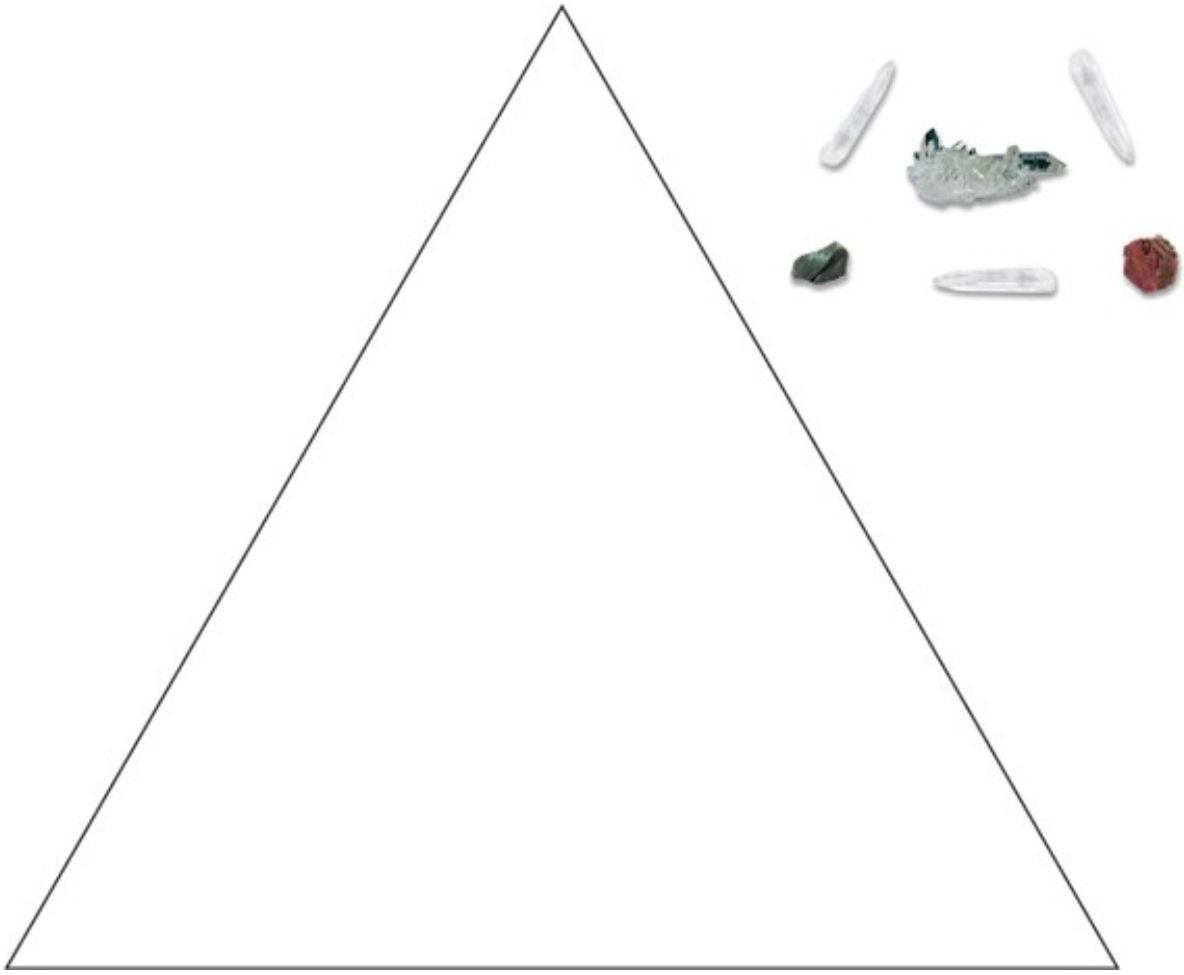
चिकनी मिट्टी के लौहपत्थर के पिंड जिनमें अन्य खनिज—कैल्साइट, जैस्पर, डोलोमाइट, आर्गोनाइट और कभी-कभी बैराइट—संरचना में मौजूद छोटी दरारों के माध्यम से जमा हो जाते हैं। अन्य खनिज भी मौजूद हो सकते हैं।

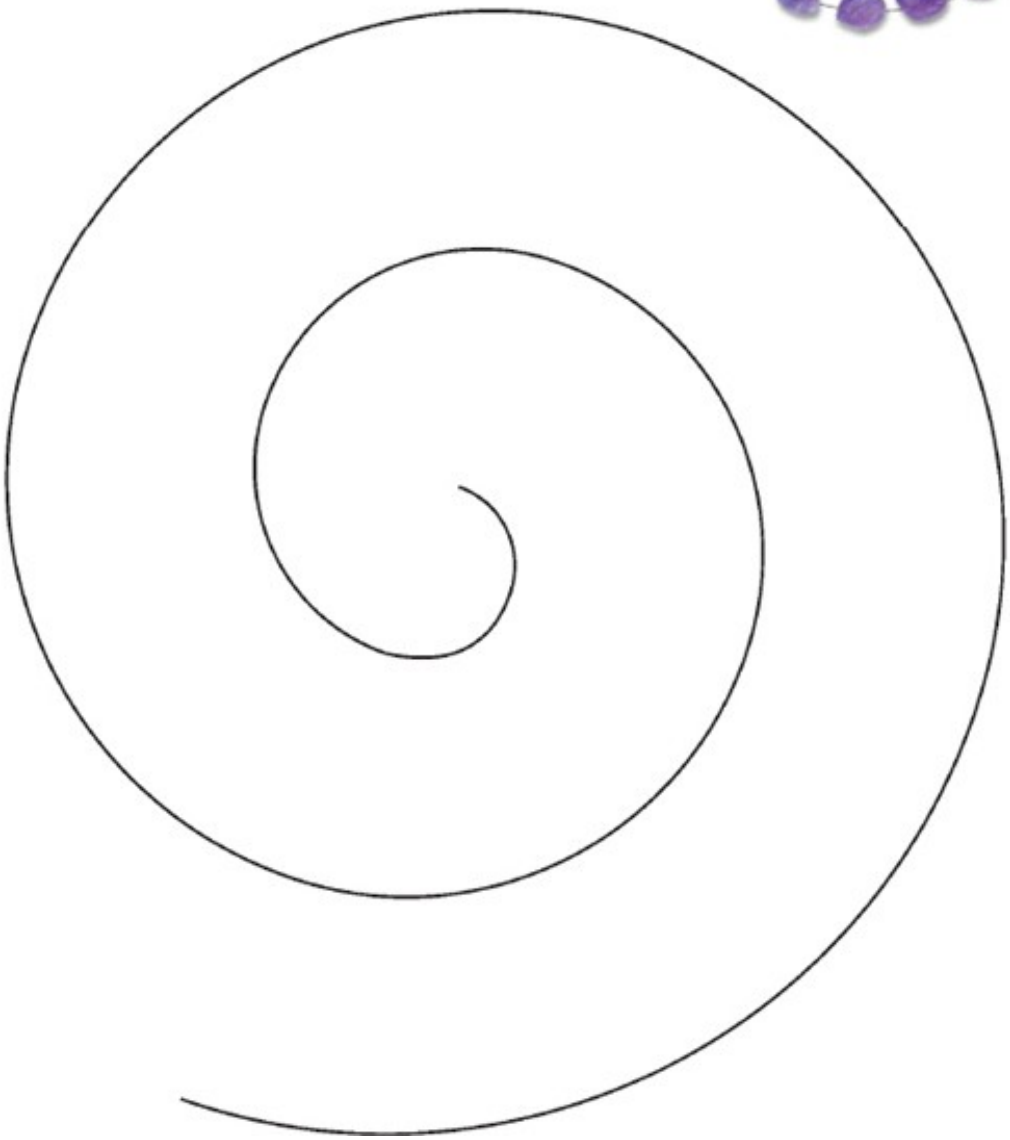
सामान्य स्रोत: ऑस्ट्रेलिया, मेडागास्कर, संयुक्त राज्य अमेरिका
रेकी प्रतीक: राकु
चक्र: आधार
रेकी टिप: यह सार्वजनिक भाषण के लिए अच्छी है, इसलिए यदि आप पढ़ा रहे हैं या कोई भाषण या प्रस्तुति दे रहे हैं तो अपने पास कुछ रेकी की खुराक रखें।

उपचार गुण
शारीरिक लाभ: लचीलापन बढ़ाता है। औषधि के रूप में, जोड़ों, हड्डियों, मांसपेशियों और दांतों के लिए अच्छा है (यद्यपि इसका उपयोग माउथवॉश के रूप में करें)। मेलेनोमा में सहायक। भावनात्मक/आध्यात्मिक: यह आपको परिस्थितियों के अनुरूप ढलने की क्षमता प्रदान करता है। यह ध्वनि चिकित्सा और एनएलपी (नैतिक भाषा सीखने की प्रक्रिया) में सहायक है। यह धैर्य, सहनशीलता, परिवेश के प्रति जागरूकता और भावनात्मक लचीलेपन के लिए अच्छा है।
ग्रिड

इस अनुभाग में आपको अध्याय 4 में उपयोग किए गए सभी ग्रिड मिलेंगे। आप इन्हें रख सकते हैं।
अपने क्रिस्टल को सीधे पेज पर बनाएं, ग्रिड को ट्रेस करें या उसकी फोटोकॉपी करें।
ग्रिड www.thecrystalhealer.co.uk पर डाउनलोड के लिए भी उपलब्ध हैं।

समस्या-समाधान के लिए ग्रिड
पृष्ठ 95-96 देखें



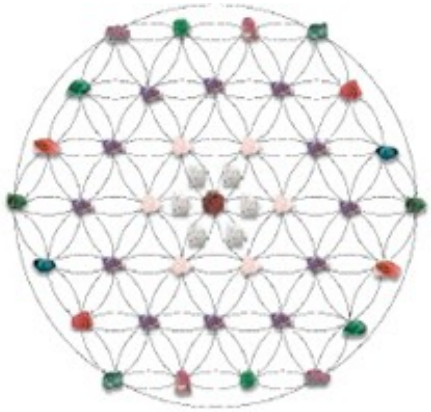


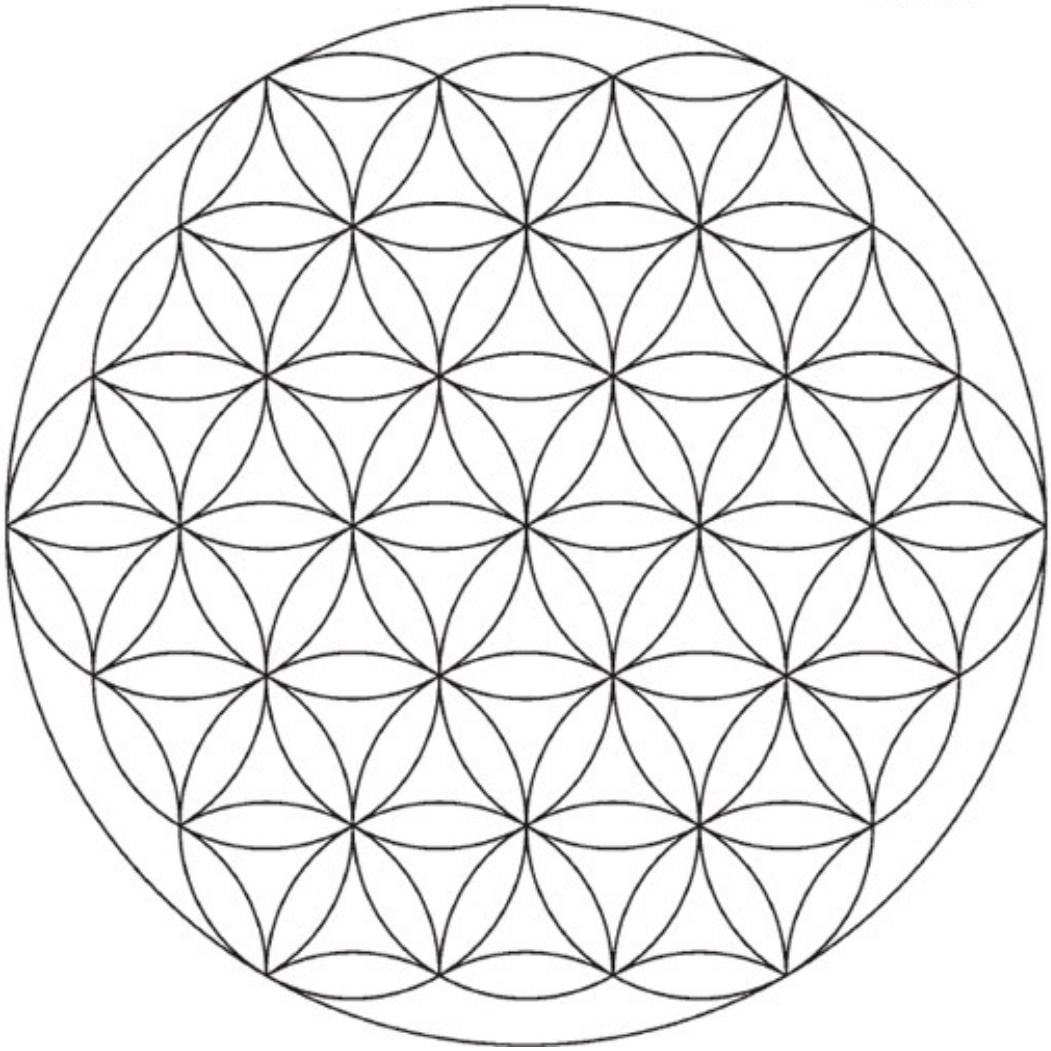
उपचार के लिए ग्रिड

पृष्ठ 97 देखें

प्यार और रिश्तों के लिए ग्रिड

पृष्ठ 98–99 देखें





शब्दावली

एडीएचडी (ध्यान अभाव अतिसक्रियता विकार)।

समुच्चय: भूवैज्ञानिक प्रक्रिया में संयुक्त खनिजों का मिश्रण; ठोस चट्टान के समान।

आकाशिक अभिलेख: आध्यात्मिक सूचनाओं का एक पुस्तकालय जो एक अन्य तल पर विद्यमान है।

तारामंडल एक प्रकाशीय प्रभाव है जिसके परिणामस्वरूप तारे जैसी आकृति दिखाई देती है।

सूक्ष्म यात्रा: भौतिक शरीर से जुड़े रहते हुए भी, सूक्ष्म/आध्यात्मिक शरीर के एक हिस्से को भौतिक शरीर से बाहर यात्रा करने के लिए भेजने की क्षमता।

अट्यूनमेंट वह प्रक्रिया है जिसके द्वारा आप रेकी ऊर्जा से जुड़ते हैं ताकि वह आपके भीतर प्रवाहित हो सके। रेकी अट्यूनमेंट के तीन स्तर होते हैं।

आभा: शरीर के चारों ओर मौजूद सूक्ष्म ऊर्जा क्षेत्र।

बोट्रियोइडल शब्द उन गोल-मटोल खनिजों को दर्शाता है जो अंगूर के गुच्छे के समान दिखते हैं।

पत्थर: पत्थरों का उपयोग कई प्रकार की पारंपरिक भविष्यवाणियों में किया जाता है, जैसे कि रून और चुड़ैलों के पत्थर, और अफ्रीकी और मूल अमेरिकी वैद्य भी इनका उपयोग करते हैं। पत्थर कई प्रकार के हो सकते हैं।

सीएफएस (क्रोनिक थकान सिंड्रोम), जिसे मायलजिक एन्सेफलाइटिस (एमई) के नाम से भी जाना जाता है।

चक्र संस्कृत शब्द है जिसका अर्थ है "पहिया"। चक्र शरीर के ऊर्जा केंद्र होते हैं, जो ऊर्जा के घूमते हुए गोले के रूप में दिखाई देते हैं, जैसे पहिए, उन लोगों को जो ऊर्जा को देख सकते हैं।

चैनलिंग: किसी माध्यम के जरिए आध्यात्मिक जगत से संदेश या सूचना का संचार करना।

चैटॉयेंसी एक प्रकाशीय प्रभाव है, जिसे "बिल्ली की आंख" के नाम से भी जाना जाता है, जो कुछ पॉलिश किए हुए क्रिस्टलों में पाया जाता है। चैटॉयंट क्रिस्टल सौभाग्य, खुशी और शांति लाते हैं। ये अंतर्ज्ञान और जागरूकता बढ़ाते हैं, सुरक्षा प्रदान करते हैं और आंखों की समस्याओं, रात्रि दृष्टि और सिरदर्द में भी सहायक हो सकते हैं।

दिव्य श्रवण क्षमता: मानसिक सूचनाओं को सुनने की क्षमता।

अंतर्ज्ञान: मानसिक ऊर्जाओं को महसूस करने की क्षमता।
दिव्य दृष्टि: मानसिक जानकारी देखने की क्षमता।

सीओपीडी (क्रोनिक पल्मोनरी ऑब्स्ट्रक्टिव डिजीज)।

क्रस्ट: सबसे ऊपरी या बाहरी परत। क्रस्ट के रूप में पाए जाने वाले क्रिस्टल किसी चट्टान या खनिज की सतह पर उगते हैं। ड्रूज़ भी देखें।

घनाकार क्रिस्टल को घन के आकार का क्रिस्टल कहा जाता है, जिसमें छह वर्गाकार फलक होते हैं। तीनों अक्षों की लंबाई समान होती है और वे एक दूसरे के समकोण पर स्थित होते हैं।

डेंड्राइट एक खनिज है जो पेड़ या शाखा के आकार में क्रिस्टलीकृत होता है, या किसी अन्य क्रिस्टल या चट्टान के माध्यम से बढ़ता है जिससे पेड़ या शाखाओं का आभास होता है।

अस्वस्थता किसी भी स्तर पर (शारीरिक, भावनात्मक, मानसिक या आध्यात्मिक) अस्वस्थता की स्थिति है, जो शरीर की प्राकृतिक रक्षा प्रणाली को कमजोर कर सकती है और बीमारी या रोग के जोखिम को बढ़ा सकती है।
यह अंतर्निहित कारणों से संबंधित है, न कि किसी विशिष्ट बीमारी या रोग से।

दूरस्थ उपचार: यह एक ऐसी प्रक्रिया है जिसमें शारीरिक रूप से अनुपस्थित व्यक्ति को उपचार ऊर्जा, अच्छे विचार या प्रार्थनाएँ भेजी जाती हैं। इसे अनुपस्थित उपचार या दूरस्थ उपचार भी कहा जाता है।

डोडेकाहेड्रल एक ऐसे क्रिस्टल का वर्णन करता है जिसमें 12 पंचकोणीय (पांच-पक्षीय) फलक होते हैं जो 20 शीर्षों पर तीन-तीन के समूह में मिलते हैं।

दो सिरों पर दो सिरे वाला क्रिस्टल (qv)।

ड्रूज़ एक ही या किसी भिन्न खनिज से बनी चट्टान पर मौजूद छोटे क्रिस्टलों की सतही परत होती है।

पृथ्वी का उपचार: पृथ्वी को उपचार ऊर्जा भेजना/निर्देशित करना।

एलिक्सिर जल वह जल है जिसमें एक क्रिस्टल को डुबोकर विभिन्न बीमारियों के उपचार के लिए पिया जाता है। एलिक्सिर बनाने के लिए, अपने क्रिस्टल को भौतिक और ऊर्जावान रूप से शुद्ध करने के बाद, उसे एक गिलास पानी में रखें (आदर्श रूप से आसुत या खनिज जल, लेकिन नल का पानी भी चलेगा), ढक दें और रात भर के लिए फ्रिज में रख दें। ध्यान दें कि कुछ क्रिस्टलों से एलिक्सिर नहीं बनाना चाहिए—इन क्रिस्टलों को एलिक्सिर के रूप में स्पष्ट रूप से दर्शाया गया है।
क्रिस्टल खोजकर्ता (अध्याय 5)।

ईएमएफ (विद्युतचुंबकीय क्षेत्र)।

ईएसपी (अतिरिक्त संवेदी बोध)।

फेल्डस्पार सिलिकेट खनिजों का एक समूह है।

रेशेदार/फाइबर: एक चट्टान जो लगभग समानांतर महीन धागों से बनी होती है।
फायर ओपल क्रिस्टल के भीतर प्रकाश के प्रकीर्णन के कारण उत्पन्न होने वाला रंगों का एक खेल है, जैसा कि हीरे में देखा जाता है। फायर ओपल में जरूरी नहीं कि फायर ओपल ही दिखाई दे, लेकिन यह फायर ओपल के रंगों में पाया जाता है—लाल, नारंगी, पीला। ओपल में वास्तविक फायर ओपल नहीं दिखता, बल्कि यह ओपल संरचना में मौजूद सूक्ष्म सिलिका कणों द्वारा प्रकाश के प्रकीर्णन के कारण उत्पन्न होने वाला एक प्रकाश का खेल है।

भूविकृत तनाव पृथ्वी से निकलने वाली ऊर्जा है जो मानव स्वास्थ्य के लिए हानिकारक है। इस ऊर्जा के दो स्रोत भूमिगत जल प्रवाह या मोबाइल फोन टावरों से निकलने वाला विकिरण हो सकते हैं। भूविकृत तनाव सिरदर्द से लेकर कैंसर तक कई बीमारियों से जुड़ा हुआ है।

दानेदार खनिज: दानों से बना खनिज। यह गोल, अर्ध-गोल या कोणीय दानों से बना हो सकता है या विशाल (द्रव्यमान देखें) हो सकता है।

षट्कोणीय क्रिस्टल एक ऐसी प्रणाली है जिसमें चार अक्ष होते हैं, जिनमें से तीन क्षैतिज अक्ष लंबाई में बराबर होते हैं और 120° के कोण पर एक दूसरे को काटते हैं, जबकि ऊर्ध्वाधर अक्ष की लंबाई अलग होती है और वह अन्य अक्षों के समकोण पर स्थित होता है। एक षट्कोणीय क्रिस्टल में आठ फलक होते हैं।

आईबीएस (इरिटेबल बाउल सिंड्रोम)।

समावेशन: एक खनिज जो किसी अन्य खनिज की संरचना के भीतर पाया जाता है।

इंडिगो बच्चे विशेष क्षमताओं वाले बच्चे होते हैं, जिनमें अक्सर मानसिक क्षमताएं होती हैं। इनमें से अधिकांश इंडिगो बच्चे अब वयस्क हो चुके हैं और मानव चेतना आंदोलन में अग्रणी भूमिका निभा रहे हैं।

क्रिस्टलीय संरचना के भीतर प्रकाश के विवर्तन या अपवर्तन के कारण क्रिस्टल के अंदर दिखाई देने वाले इंद्रधनुषी रंग।

लैब्राडोरेसेंस: लैब्राडोराइट क्रिस्टल की सतह पर दिखाई देने वाली इंद्रधनुषी रंग की चमक।

कर्म/कर्म प्रक्रिया/कर्म उपचार: कर्म का अर्थ है क्रिया या कार्य। यह कारण और परिणाम को भी संदर्भित करता है, और विशेष रूप से यह बताता है कि किसी व्यक्ति के कर्म उसके भविष्य को कैसे प्रभावित कर सकते हैं/करेंगे। कर्म उपचार का अर्थ है पिछले जन्मों या इस जन्म के कर्मों का उपचार करना ताकि आप उन्हें अगले जन्म में न ले जाएं, यानी वे अगले जन्म को प्रभावित न कर सकें।

रेकी शब्द का दूसरा भाग 'की' है, जो ब्रह्मांड की ऊर्जा या जीवन शक्ति है, जिसके बारे में माना जाता है कि यह शरीर में प्रवाहित होती है और सभी जीवित प्राणियों में विद्यमान है। अन्य संस्कृतियों में इसके अलग-अलग नाम हैं—उदाहरण के लिए, ची (चीन) और प्राण (भारत)।

कुंडलिनी ऊर्जा वह मूल ऊर्जा (ची, प्राण, की आदि) और चेतना का स्रोत है जिसके साथ हम जन्म लेते हैं।
यह रीढ़ की हड्डी के आधार पर सर्प की तरह कुंडलित अवस्था में होती है और योग तथा क्रिस्टल हीलिंग जैसी विभिन्न विधियों द्वारा इसे जागृत/उत्थापित किया जा सकता है।

साकार होना: अपने सपनों, इच्छाओं या लक्ष्यों को भौतिक वास्तविकता में लाना।
द्रव्यमान वह पदार्थ है जिसकी कोई निश्चित क्रिस्टलीय संरचना नहीं होती। जब 'द्रव्यमान' शब्द का प्रयोग किया जाता है, तो इसका तात्पर्य क्रिस्टल के आकार से नहीं बल्कि इसी द्रव्यमान से होता है।

एमई मायलजिक एन्सेफलाइटिस, जिसे सीएफएस (क्रोनिक थकान सिंड्रोम) के नाम से भी जाना जाता है।

मेरिडियन शरीर के भीतर ऊर्जा का एक मार्ग है। मेरिडियन उसी तरह की ऊर्जा का परिवहन करते हैं जैसे नसें और धमनियां रक्त का परिवहन करती हैं।

अभ्रक, संबंधित एल्यूमीनियम सिलिकेट खनिजों के अभ्रक समूह का एक व्यक्तिगत सदस्य है जो नरम होते हैं और उनमें पूर्ण आधारभूत विखंडन होता है (जब किसी खनिज में केवल एक विखंडन तल होता है), जो व्यक्तिगत सदस्यों को "छीलने" की अनुमति देता है।

मिनरॉइड एक प्राकृतिक रूप से पाया जाने वाला खनिज जैसा पदार्थ है जिसमें क्रिस्टलीय संरचना नहीं होती है। मिनरॉइड की रासायनिक संरचना विशिष्ट खनिजों के लिए आम तौर पर स्वीकृत सीमाओं से परे भिन्न होती है।

एमएस (मल्टीपल स्क्लेरोसिस)।

एनएलपी (न्यूरो-लिंग्विस्टिक प्रोग्रामिंग)।

नोड्यूल एक प्रकार का खनिज है जो ठोस (द्रव्यमान देखें) होता है और जिसकी बाहरी सतह गोल होती है।

ओसीडी (OCD) का अर्थ है जुनूनी बाध्यकारी विकार।

ऑक्टाहेड्रल एक ऐसे क्रिस्टल का वर्णन करता है जिसके आठों फलक समबाहु त्रिभुज होते हैं; यह आधारों पर जुड़े हुए दो चार-पक्षीय पिरामिडों जैसा दिखता है।

ऑर्थोरोम्बिक एक ऐसी क्रिस्टल प्रणाली का वर्णन करता है जिसमें असमान लंबाई के तीन अक्ष होते हैं जो एक दूसरे को समकोण पर काटते हैं।

चरम अनुभव: ध्यान के माध्यम से प्राप्त किया जा सकने वाला परमानंद का क्षण।

पीजोइलेक्ट्रिसिटी एक ट्रांसड्यूसर प्रभाव है जो क्रिस्टल पर दबाव डालने से उत्पन्न होता है। यह विद्युत ऊर्जा को यांत्रिक ऊर्जा में परिवर्तित करता है। इससे एक भौतिक कंपन उत्पन्न होता है जो क्वार्ट्ज क्रिस्टल में एक नियमित और स्थिर आवृत्ति पर प्रतिध्वनित होता है। यह प्रभाव बहुत

स्थिर होता है। इसलिए, यदि आपके पास क्वार्ट्ज घड़ी है - और क्वार्ट्ज क्रिस्टल शुद्ध है और अपनी धुरी के सही कोण पर काटा गया है - तो यह सटीक समय बताएगी।

प्लेट: एक क्रिस्टल जो चपटा और अक्सर पतला हो गया हो।

पीएमएस (PMS) का अर्थ है प्रीमेंस्ट्रुअल सिंड्रोम। इसे पीएमटी (प्रीमेंस्ट्रुअल टेंशन) के नाम से भी जाना जाता है।
प्रिज्मीय क्रिस्टल एक ऐसा क्रिस्टल होता है जिसके फलक आकार और आकृति में समान होते हैं और एक अक्ष के समानांतर होते हैं; इसके सिरे आयताकार होते हैं और आकार व आकृति में समान होते हैं। उदाहरण के लिए, एक त्रिभुजाकार प्रिज्मीय क्रिस्टल में दो त्रिभुजाकार सिरे तीन आयताकार फलकों से जुड़े होते हैं, जबकि एक षट्भुजाकार प्रिज्मीय क्रिस्टल में दो षट्भुजाकार सिरे छह आयताकार फलकों से जुड़े होते हैं।

स्यूडोमॉर्फ एक ऐसा खनिज है जो मूल खनिज की क्रिस्टलीय संरचना के भीतर किसी अन्य खनिज को प्रतिस्थापित कर देता है। परिणामस्वरूप, नए खनिज का बाहरी आकार पहले वाले खनिज जैसा हो जाता है।

मानसिक क्षमताएं इनमें अंतर्ज्ञान या सहज ज्ञान, चैनलिंग (qv), क्लेयरऑडियंस (qv), क्लेयरसेंटिएंस (qv), क्लेयरवॉयेंस (qv), ऊर्जाओं और आभाओं को महसूस करना (qv), आभाओं को देखना, आभाओं की व्याख्या करना, टेलीपैथी, अतिरिक्त संवेदी धारणा और भविष्यवाणियों और टैरो कार्ड रीडिंग में बढ़ी हुई अंतर्दृष्टि शामिल हैं।

मानसिक हमला: दूर से किसी व्यक्ति की ऊर्जा पर जानबूझकर किया गया ऊर्जावान हमला।

मानसिक शल्य चिकित्सा: अस्वस्थ ऊर्जा को दूर करने के लिए मानसिक उंगलियों के माध्यम से भौतिक शरीर में प्रवेश करने की एक तकनीक।

पिरामिडनुमा संरचना एक ऐसे क्रिस्टल का वर्णन करती है जिसमें आधार एक बहुभुज (अर्थात, कम से कम तीन सीधी भुजाओं वाला) होता है और अन्य फलक त्रिभुज होते हैं जो एक बिंदु पर मिलते हैं।

रेकी मास्टर: वह व्यक्ति जिसे रेकी स्तर 3 का प्रशिक्षण प्राप्त हो।

दूरस्थ अवलोकन: दूर स्थित स्थानों और घटनाओं को देखने की क्षमता। इसे एस्ट्रल ट्रैवल भी कहते हैं।

रोम्बोडोडेकाहेड्रल उन क्रिस्टलों का वर्णन करता है जिनकी 12 बराबर भुजाएँ होती हैं और कोण तिरछे होते हैं।

समचतुर्भुज (रोम्बोहेड्रल) ऐसे क्रिस्टल को कहते हैं जिनके छह फलक होते हैं, और प्रत्येक फलक समचतुर्भुज (रोम्बस) होता है (जिसमें चारों भुजाएँ बराबर होती हैं, विपरीत भुजाएँ समानांतर होती हैं, और कोई समकोण नहीं होता)। समचतुर्भुज एक ऐसे घन जैसा दिखता है जो एक तरफ झुका हुआ हो।

आरएनए (आरएनए) राइबोन्यूक्लिक अम्ल है, जो शरीर की सभी कोशिकाओं में पाया जाने वाला आनुवंशिक पदार्थ है। यह डीऑक्सीराइबोन्यूक्लिक अम्ल (डीएनए) का निर्माण करता है। ये दोनों जीन के कोडिंग और अभिव्यक्ति में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं और अधिकांश ज्ञात कार्बन-आधारित जीवन रूपों के लिए आवश्यक हैं।

स्केलेनोहेड्रल उन क्रिस्टलों का वर्णन करता है जिनमें 12 फलक होते हैं, जिनमें से प्रत्येक एक विषमबाहु त्रिभुज होता है (जिसकी तीन भुजाएँ असमान होती हैं)।

स्क्राइबिंग (भविष्यवाणी करना): भविष्य की भविष्यवाणी करने के लिए, या अतीत या वर्तमान को देखने के लिए क्रिस्टल बॉल (या ओब्सीडियन दर्पण) में देखना।

शामनिक चिकित्सा: यह एक व्यापक शब्द है जो उपचार के अनेक प्राचीन रूपों को समाहित करता है, जिनमें से सभी प्रकृति से जुड़े हुए हैं। यह पारंपरिक उपचार के सबसे पुराने रूपों में से एक है।
आध्यात्मिक मार्गदर्शक वे सत्ताएँ या दिवंगत आत्माओं की ऊर्जाएँ हैं जो आपको आपके मार्ग पर आगे बढ़ने में सहायता करने के लिए जानकारी, ज्ञान और बुद्धिमत्ता प्रदान करती हैं।

स्टैलेक्टाइट्स गुफाओं की छत से नीचे की ओर लटकने वाली खनिज संरचनाएं हैं, जो खनिज युक्त पानी के टपकने से बनती हैं, जिससे हजारों या लाखों वर्षों में खनिज जमा होने में मदद मिलती है।

धारीदार का अर्थ है ऐसे क्रिस्टल जिनमें उनकी लंबाई के साथ-साथ समानांतर खांचे या निशान होते हैं।

टेबुलर शब्द उन क्रिस्टलों को दर्शाता है जो चौड़े और चपटे होते हैं; कभी-कभी इसे संक्षेप में "टैबी" भी कहा जाता है।

टीबी (तपेदिक)।

क्रिस्टल का वह सिरा जो फलकों या सतहों से मिलकर बनता है। ध्यान दें कि कुछ प्रकार के क्रिस्टलों का सिरा चपटा होता है, जैसे कि कुछ टूमलाइन और स्पोड्यूमेन क्रिस्टल।

टोटेम पशु वे पशु आत्माएं या विशेषताएं हैं जो जीवन में आपके मार्ग पर मार्गदर्शन करने में सहायक होती हैं।

ट्रेपेज़ोहेड्रल उन क्रिस्टलों को दर्शाता है जिनके फलक समलम्ब चतुर्भुज के आकार के होते हैं।

अनुक्रमणिका

मोटे अक्षरों में लिखे पृष्ठ संख्याएँ द क्रिस्टल फाइंडर में दी गई प्रविष्टियों को संदर्भित करती हैं (पृष्ठ 105 देखें)

व्यसन 106, 121, 123, 128, 133, 137
एगेट 57, 127
नीली लेस 20, 81, 89, 131
क्रेज़ी लेस 147
धूसर धारीदार 89, 145
हरी काई 89, 102, 117
आकाशिक अभिलेख 108, 126, 143
एलर्जी प्रतिक्रियाएं 107, 112, 135, 144, 147
एम्बर 79, 83, 115
एमेथिस्ट 20, 44, 49, 51, 52, 81, 83, 85, 89, 90, 96, 97, 99, 106–107 शेवरॉन 107
पशु, उपचार 28, 100–101
चिंता 28, 51, 71, 111, 117, 120, 121, 129, 150
अपाचे टियर 143
अपोफिलाइट 139
एक्वा ऑरा 28, 57, 131
एक्वामरीन 57, 132
तर्क और दुर्भावना 92, 112
आभा 10, 11, 12, 18, 54
कंघी करना और सील करना 74–75
उपचार 84–85
अनुपयोगी ऊर्जा को हटाना 37, 74–75 एवेंट्यूरिन 20, 99, 117
हरा 81
एज्यूराइट 132
शेष 6, 10, 12, 28, 72
नंगे पैर, काम कर रहे हैं 53
आधार चक्र 19, 66
20 के लिए क्रिस्टल
घंटियाँ 49
बोजी® पत्थर 148
भौं चक्र (तृतीय नेत्र चक्र) 19, 66 20 के लिए क्रिस्टल
कैल्साइट 89, 130
नीला 132
कोबाल्ट 124 में

हरा 71, 81, 119
नारंगी 20, 81, 112
लाल 81, 111
शांत करना 35, 90, 111, 115, 117, 119, 122, 129, 130, 131 कार्नेलियन 20, 89, 112
सेलेस्टाइट 85, 90, 91, 133
चक्र 12, 18, 19
संबंधित क्रिस्टल 20
संतुलन 72
क्रिस्टल रेकी चक्र उपचार 70–71
ऊर्जा ब्लॉक 72–73
रेकी प्रवाह में सुधार 73
चैल्सेडोनी 128
नीला 20, 133
चारोइट 136
चो कू री 22, 23, 25-26, 103
क्राइसोकोला 89, 99, 118–119
क्रिसोप्रेज़ 120
सिट्रिन 20, 44, 79, 81, 83, 85, 89, 90, 91, 114 सफाई 25, 36, 49
53-57 ग्राहकों के साथ काम करना
ग्राहक की सहमति 53, 62
गोपनीयता 53, 55
उपचार की तैयारी 54–59, 76
व्यावसायिकता 53, 55
मानसिक सुरक्षा 56
क्रिस्टल 54–55 स्थापित करना
क्लिनोक्लोर 99, 118
कपड़े 50, 70
तांबा 114–115
मगरमच्छ 112
क्राउन चक्र 19, 66, 67
20 के लिए क्रिस्टल
क्रिस्टल बॉल 92, 97
क्रिस्टल
सफाई 25, 49
ग्रिड 76–83, 95–99, 151–153
रेकी से ऊर्जा प्रदान करना 6, 38
रेकी के साथ प्रोग्रामिंग 38–39
42–44, 47 का चयन करना
10-12 बजे के बीच का समय देखें

समझ 10, 12–13
दाई को मायो (मास्टर प्रतीक) 2, 22, 32-33, 105
तिब्बती 36–37, 49, 105
डैनबुराइट 139
अवसाद 28, 80, 111, 120, 124, 131
डिटॉक्सिंग 106, 108, 110, 114, 117, 119, 130, 131, 135, 139, 143, 144 पाचन संबंधी विकार 78, 80, 114, 115, 120, 127, 142, 145
दूरस्थ उपचार 29, 31, 47, 93–94, 97
डॉविंग 43–44, 45, 46, 72
सपने और सपनों की याददाश्त 91, 108, 118, 133, 149
डुमोर्टिएराइट 133
पन्ना 99, 120
ऊर्जा 6, 13, 14, 15, 18, 22–23, 33, 42, 47, 82, 88, 92, 97 आभाओं से अनुपयोगी ऊर्जा को दूर करना 37, 74–75 क्रिस्टल ऊर्जा स्नान 71
मानव ऊर्जा प्रणाली 18
कुंडलिनी ऊर्जा 35
- 26, 92
ऊर्जा ब्लॉक 36, 72–73 जारी करना
यूडायलिट 99, 122–123
फाल्कन की आंख 91, 111
चकमक पत्थर 90
फ्लावर ऑफ लाइफ ग्रिड 98–99
फ्लोराइट 91, 129–130
इंद्रधनुष 125
भोजन तैयार करना 89
फुलगुराइट 89, 148
गार्नेट 20, 110
गाशो ध्यान 58
देवी पत्थर 57, 141
ग्राउंडिंग 35, 51, 59, 71, 91, 111, 145 हैलाइट 113
हाथ की स्थिति 62–65
स्व-उपचार 68–69
सिरदर्द 27, 67, 107
उपचार 6, 13, 14, 27, 38, 39
दूरस्थ 29, 31, 47, 93–94, 97
भावनात्मक 27–28, 71, 76–77
आभा का उपचार 84–85
शारीरिक 71, 72, 78–79
54–59, 76 के लिए तैयारी

आध्यात्मिक 82–83
उपचार पुस्तक 31, 94
उपचार कक्ष 48–52
सफाई 48–49
सफाई 49
आराम 50
क्रिस्टल 51–52
बहुउद्देशीय स्थान 52, 54
थेरेपी बेड 35, 50, 51, 54
फर्श पर काम करना 54
हृदय चक्र 19, 66, 76, 108
20 के लिए क्रिस्टल
हेमेटाइट 35, 52, 59, 71, 145
हरकिमर हीरा 52, 139
घर, क्रिस्टल रेकी 88-91 में
होन शा ज़े शो नेन 22, 29-31, 39, 43, 92, 94, 103 हाउलाइट 140
जेड 91, 118
जैस्पर 128
लाल 20, 57, 91, 110
पीला 20, 89, 115
जेट 89, 142–143
की सी एनर्जी
कुंडलिनी ऊर्जा 35
कुंजाइट 57, 99, 123
क्यानाइट 83, 89
लैब्राडोराइट 85, 89, 126
स्वर्णिम 114
लैपिस लाजुली 20, 42, 44, 57, 81, 91, 131 लेपिडोलाइट 20, 89, 137
लीबियाई स्वर्ण टेक्टाइट 116
लिंगम 149
प्रेम और रिश्ते 51, 76, 98–99, 113 मैलाकाइट 20, 91, 99, 117
मेडिसिन व्हील 52, 56, 90
ध्यान 48, 58, 109
मर्लिनाइट 143
उल्कापिंड 90
मोल्डावाइट 91, 121
मूकाइट 57, 91, 111
मूनस्टोन 140

मॉर्गेनाइट 99, 122
मस्कोवाइट 89, 150
ओब्सीडियन 57, 89, 96
काला 51, 142
हिमपात 143
ओनिक्स 127
ओपल 126–127
बैंगनी लौ 89, 136
दर्द निवारक 107, 109, 140, 144
पैनिक अटैक 28, 35, 71, 111
पेंडुलम 38, 42–46
डॉविंग 43–44, 45, 46, 72
आंतरिक पेंडुलम 43
44, 45 के संबंध में
पेरिडॉट 57, 79, 81, 89, 120–121
जीवाश्म लकड़ी 51, 147
102-103 पौधों की देखभाल करना
खुद को ऊर्जा प्रदान करना 25, 26
समस्या-समाधान 95–96
संरक्षण 25, 56–57, 90, 91, 113, 129, 132
पाइराइट 52, 57, 83, 89, 146
क्वार्ट्ज 13, 46, 49, 57, 71, 73, 77, 79, 81, 83, 85, 88, 90, 91, 96, 99, 102, 109 एन्जल ऑरा 57, 125–126
क्रिस्टल बॉल 92, 97
सुनहरा उपचारक 116
लेमुरियन 51, 90
मास्टर क्रिस्टल 21, 58, 94
गुलाब 51, 71, 77, 81, 88, 99, 102, 122 रूटीटेड 85
धुएँदार 57, 77, 149
बर्फ 91, 140
आत्मा 57, 91, 138
सुपर सेवन 138
टेंगेरीन 57, 113
टाइटेनियम 125
टूर्मलिनेटेड 141
राकु 22, 34–35, 59
रेकी
सामंजस्य 14–15, 38, 44
17 के लाभ
क्रिस्टल-रेकी साझेदारी 18, 38

आदर्श 17, 107
ओकुडेन (छिपी हुई/आंतरिक शिक्षाएँ) 15 उत्पत्ति और इतिहास 16
शिनिप्डेन (रहस्यमय शिक्षाएँ) 15 शोडेन (प्रारंभिक शिक्षाएँ) 15
आध्यात्मिक मार्गदर्शक 21, 38, 39 प्रतीक 22–37
रेकी को चालू करना 38
समझ 6, 14
रेकी मास्टर 14, 15, 16
विश्राम 76, 80–81
रोडोक्रोसाइट 77, 79, 91, 99, 124
रुबेलाइट 57, 123
रूबी 52, 57, 77, 83, 85, 91, 96, 97, 99, 108 रिकॉर्ड कीपर रूबी 108
स्टार रूबी 108
त्रिकास्थि चक्र 19, 43, 66
20 के लिए क्रिस्टल
नीलम 83, 134
Sei He Ki 22, 27–28, 103
सेलेनाइट 49, 141
सेलेनाइट ऑरा वैंड 71, 74, 75
आत्म-विकास 7, 15
स्व-उपचार 42, 66–69
सेप्टेरियन 150
यौनिकता 91, 111, 112, 113, 119, 122, 141, 142, 143 आघात या सदमा 28, 131, 136
शुंगाइट 144
गायन कटोरा 49
त्वचा की स्थितियाँ 27, 80, 106, 141
नींद, अच्छी 91, 106
सोडालाइट 20, 134
सौर जाल चक्र 19, 66
20 के लिए क्रिस्टल
आध्यात्मिक मार्गदर्शक 21, 38, 39 आध्यात्मिक जागरूकता 82–83
stibnite 57, 146
तनाव 12, 27, 28, 29–30, 51, 56, 76, 80, 106, 117 सुगिलिट 85, 137
प्रतीक 22–37
क्रिस्टल से निर्माण 24

चित्र 24, 33
घात 23
23 की पवित्रता
तिब्बती 22, 23, 36–37
दृश्यीकरण 24
टैन्ज़ानाइट 90, 134
टेक्टाइट 144
कंठ चक्र 19, 66
20 के लिए क्रिस्टल
टाइगर आई 89, 115–116
लाल 81
टिंग्शा 49
ऊतक मरम्मत 78, 108, 110, 112, 114, 116, 144 टोपाज़ 139
नीला 83
इंपीरियल 79, 83
टूर्मलाइन 56, 57, 77, 81, 85, 89, 91, 129 काला 142
मेडिसिन व्हील 52, 56, 90
तरबूज 126
उपचार
चक्र उपचार 70–71
क्रिस्टल ग्रिड 76–83, 95–99, 151–153
समाप्ति 74–75
हाथ की स्थितियाँ 62–65, 68–69
ग्राहक के हाथों में क्रिस्टल रखना 71 क्रिस्टल को सीधे प्रभावित क्षेत्रों पर रखना 72 ऊर्जा ब्लॉक 72–73 जारी करना
स्व-उपचार 66–69, 72
उपचार भी देखें
फ़िरोज़ी 57, 77, 81, 135
आपकी उम्र 119 है
उसुई रेकी प्रणाली 7, 22
उसुई सेंसेई 6, 16, 17, 23, 32-33, 58, 108 उवरोवाइट 119
वैनाडिनाइट 113
वर्डेलाइट 57, 121
जल, क्रिस्टल रेकी 50, 77

आभार
हर सफर में कई उतार-चढ़ाव आते हैं और जब मैं यह लिख रही हूँ, तो क्रिस्टल रेकी हीलिंग के 27 साल का सफर वाकई बहुत रोमांचक रहा है! तो, क्रम से, मेरी इस यात्रा में शामिल होने और इससे विदा लेने वाले सभी लोगों को मेरा हार्दिक प्यार और धन्यवाद: नादिन और लिन, फिर बोधिनी जिन्होंने मुझे बैंगनी किरण की आवश्यक प्रेरणा दी, और सारा को इस परियोजना में उनकी सभी मदद और समर्थन के लिए।

सिंडी रिचर्ड्स का धन्यवाद, जो इस ग्रह पर सबसे महान प्रकाशक बनी हुई हैं, और कार्मेल एडमंड्स का उनके बुद्धिमत्तापूर्ण संपादकीय सुझावों के लिए, साथ ही सीआईसीओ बुक्स के सभी लोगों का (विशेष रूप से डॉन बेट्स का उल्लेख करना चाहूंगी, जो प्रकाशन जगत में सबसे धैर्यवान व्यक्ति होंगी) और उन सभी लोगों का जिन्होंने मुझे लिखने के लिए प्रेरित किया - मेरे पिता सिरिल, मेलोडी, मेरे सभी ग्राहक और छात्र, और इयान, पता नहीं क्यों।

रॉक एंड रेकी…

पाठ्यक्रम
फिलिप पर्मुट्ट सेंट एल्बंस, यूके में अपने केंद्र में क्रिस्टल हीलिंग, क्रिस्टल रेकी हीलिंग, रेकी और ध्यान सिखाते हैं, और व्यवस्था के अनुसार दुनिया भर के अन्य स्थानों पर भी सेवाएं प्रदान करते हैं। अधिक जानकारी और ऑनलाइन जानकारी के लिए, कृपया संपर्क करें।
खरीदारी के लिए www.thecrystalhealer.co.uk पर जाएं। आप फिलिप को फेसबुक पर भी फॉलो कर सकते हैं: www.facebook.com/TheCrystalHealer.

□□□□□

अध्याय 1

1. पृष्ठ 22: परिभाषा लेक्सिको डॉट कॉम से ली गई है।
2. पृष्ठ 32: पूर्वी दर्शन और धर्म का विश्वकोश: बौद्ध धर्म, ताओवाद, ज़ेन, हिंदू धर्म इंग्रिड फिशर-श्रेइबर, फ्रांज-कार्ल एहरहार्ड, कर्ट फ्रेडरिक्स और माइकल एस. डायनर द्वारा (शम्भाला, 1994)

[redacted]

1. [redacted] 53: [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] 2018 [redacted] [redacted] [redacted] GDPR [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted], [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted]